Gefördert vom:

Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Deutsches
Jugendinstitut

Abschlussbericht

Emmie Mika Stemmer, Maria Gavranić,
Lisa Hasenbein, Jens Pothmann

unter Mitarbeit von Felix Eggers

Zwischen Fremd- und Selbst-bestimmung

Zur Lebenssituation von trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Deutschland

Forschung zu Kindern, Jugendlichen und Familien an der Schnittstelle von Wissenschaft, Politik und Fachpraxis

Das Deutsche Jugendinstitut e.V. (DJI) ist eines der größten sozialwissenschaftlichen Forschungsinstitute Europas. Seit 60 Jahren erforscht es die Lebenslagen von Kindern, Jugendlichen und Familien, berät Bund, Länder und Gemeinden und liefert wichtige Impulse für die Fachpraxis.

Aktuell sind an den beiden Standorten München und Halle (Saale) etwa 470 Beschäftigte tätig, darunter rund 280 Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler.

Finanziert wird das DJI überwiegend aus Mitteln des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) und den Bundesländern. Weitere Zuwendungen erhält es im Rahmen von Projektförderungen u.a. vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF), der Europäischen Kommission, Stiftungen und anderen Institutionen der Wissenschaftsförderung.

Impressum

© 2024 Deutsches Jugendinstitut e.V.

Deutsches Jugendinstitut
Nockherstraße 2
81541 München

Datum der Veröffentlichung Juni 2024
ISBN: 978-3-86379-534-4
DOI: 10.36189/DJI202429

Deutsches Jugendinstitut
Außenstelle Halle
Franckeplatz 1, Haus 12/13
06110 Halle

Ansprechpartnerin:
Dr. Lisa Hasenbein
Telefon +49 89 62306-292
E-Mail **hasenbein@dji.de**

Inhalt

Zusammenfassung 5

Begrifflichkeiten / Glossar 7

1 Einleitung 9

2 Theoretische und empirische Hintergründe und Entwicklung der Fragestellungen 13

3 Methodisches Vorgehen 17

4 Ergebnisse 24

4.1 Bewusstsein und Bewusstwerdungsprozesse 24

4.1.1 Zeitpunkte und Verläufe der Bewusstwerdung 24

4.1.2 Hürden im Bewusstwerdungsprozess 28

4.1.3 Unterstützende Faktoren im Bewusstwerdungsprozess 29

4.1.4 Reflexion von Geschlechternormen und Aushandlung der eigenen Identität 31

4.2 Transition – Reflexionen, Wünsche, Erfahrungen 34

4.2.1 Reflexionen und Wünsche zu Transitionen 35

4.2.2 Soziale Transition – Pronomen, Namen, Präsentationen 38

4.2.3 Rechtliche Transition und das Selbstbestimmungsgesetz 41

4.2.4 Medizinische Transition 43

4.2.5 Die Suche nach Euphorie und Entpathologisierung 48

4.3 Alltagserfahrungen 49

4.3.1 Negative Reaktionen aus dem sozialen Umfeld 50

4.3.2 Die innere Gefühlswelt und psychische Belastungen 55

4.3.3 Ressourcen und Ermächtigungsstrategien 59

4.4 Exkurs: Fallbeispiele zu Intersektionen 64

5 Ambivalenzen des Trans-Seins – Diskussion der Ergebnisse 70

5.1 Trans-Sein zwischen Normativität und Identitätsfindung 70

5.2 Trans-Sein zwischen Unsichtbarkeit und Sichtbarkeit 71

5.3 Trans-Sein zwischen Erfahrungen von Ausgrenzung und Zugehörigkeit 72

5.4 Trans-Sein zwischen Pathologisierung und Entpathologisierung 74

5.5 Trans-Sein zwischen Geschlechtsdysphorie und -euphorie 75

6 Schlussfolgerungen 76

7 Literaturverzeichnis 80

8 Anhang 83

Zusammenfassung

Junge Menschen, die trans und nicht-binär sind, haben geschlechtliche Zugehörigkeiten, die nicht dem Geschlecht entsprechen, welches ihnen bei ihrer Geburt zugewiesen wurde. Sie wachsen dabei in einer cis-heteronormativen Welt auf, die keinen adäquaten Platz für ihr Geschlecht zu lassen scheint und müssen sich in dieser zurechtfinden. Das vom BMFSFJ geförderte Forschungsprojekt „Jung, trans nicht-binär – Zur Lebenssituation von trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Deutschland“ gibt diesen jungen trans und nicht-binären Personen eine Stimme und fokussiert das Selbstverständnis und die Selbstbeschreibung von trans und nicht-binären Jugendlichen inklusive ihrer Alltagserfahrungen. Ziel des Projekts ist es herauszufinden, wie trans und nicht-binäre Jugendliche und junge Erwachsene sich ihrer geschlechtlichen Zugehörigkeit bewusstwerden und diese in verschiedenen sozialen Kontexten leben, wie sie über soziale, rechtliche und/oder medizinische Transitionsschritte reflektieren und welche Erfahrungen sie mit bereits realisierten Transitionsmaßnahmen gemacht haben.

Im deutschsprachigen Raum mangelt es an Studien zu trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die keine medizinische oder rechtliche Perspektive einnehmen, sondern eine sozialwissenschaftliche Jugendforschungsperspektive wählen und dabei im Rahmen eines lebensweltlichen Ansatzes die Sichtweisen und Erfahrungen der jungen Menschen in den Mittelpunkt stellen. Nicht-binäre Selbstverortungen, die also weder ausschließlich männlich noch ausschließlich weiblich sind, werden außerdem nur von wenigen Studien explizit miteinbezogen. Die qualitative Interviewstudie „Jung, trans, nicht-binär“ reagiert auf diesen Forschungsbedarf und zielt auf ein tieferes, entpathologisierendes Verständnis der Lebensrealitäten ab.

Dazu wurden bundesweit problemzentrierte Interviews mit insgesamt 25 jungen trans und nicht-binären Personen zwischen 16 und 29 Jahren durchgeführt. Das empirische Material wurde nach der Reflexiven Grounded Theory sowie inhaltsanalytisch ausgewertet.

Die Studie liefert Erkenntnisse über die Vielfalt individueller Selbstbeschreibungen und Bewusstwerdungsprozesse geschlechtlicher Identität. Die interviewten trans und nicht-binären jungen Menschen berichten von der Suche nach einer positiv besetzten Identität, von Hürden und unterstützenden Faktoren sowie von der Aushandlung gesellschaftlicher Normen in diesen Prozessen. In den Ergebnissen zeigen sich außerdem verschiedene Wünsche und Erfahrungen in Bezug auf soziale, rechtliche und/oder medizinische Transitionsschritte. In deren Ausgestaltung sind die jungen Menschen in den Interviews reflektiert, wägen gesellschaftliche Erwartungen sowie eigene Bedürfnisse ab und berichten von Erfahrungen mit verschiedenen Transitionsprozessen. Dabei sticht die in Teilen erfolgreiche Suche nach einem positiv besetzten Körpergefühl und einer authentischen Identität in nach wie vor heteronormativ dominierten Alltagskulturen und gesellschaftlichen Strukturen hervor.

Weiterhin werden Erkenntnisse zu Alltagserfahrungen und der mentalen Gesundheit von trans und nicht-binären Personen vorgestellt. Sie berichten unter anderem von Einsamkeit und Scham, von diskriminierenden Erfahrungen in ihrer Familie

und anderen sozialen Kontexten, aber auch von Ressourcen, Zugehörigkeiten zu Communitys sowie von dem Schönen am Trans-Sein. Der Wunsch, ein freies und selbstbestimmtes Leben zu führen, wird in vielen Interviews genauso deutlich wie die Hindernisse, die genau das erschweren.

In der Diskussion der empirischen Befunde wird deutlich, dass die Bewusstwerdungsprozesse junger trans und nicht-binärer Personen, ihre Erfahrungen und Wünsche in Bezug auf Transitionen und ihre Alltagserfahrungen insgesamt in Spannungsfeldern zu verorten und mit unterschiedlichen Ambivalenzen versehen sind: Trans-Sein bedeutet immer ein Bewegen zwischen Normativität und Identitätsfindung, Unsichtbarkeit und Sichtbarkeit, Ausgrenzung und Zugehörigkeit, Pathologisierung und Entpathologisierung sowie zwischen Geschlechtsdysphorie und -euphorie.

Die nachhaltige Verbesserung der Lebenssituation von trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Auf Basis der Studienergebnisse geben die abschließenden Schlussfolgerungen entsprechende Impulse für die Politik, Fachpraxis und weitere Akteur*innen. Diese betreffen unter anderem die Förderung von Aufklärung und Vielfalt an Schulen, die Verbesserung der medizinischen Versorgungslandschaft sowie die Schaffung von inklusiven und zielgruppenorientierten Räumen und (Beratungs-)Angeboten in u.a. Kontexten der Jugendhilfe.

Begrifflichkeiten / Glossar

Zum leichteren Verständnis dieses Abschlussberichts werden im Vorfeld einige wichtige Begrifflichkeiten und ihre Verwendung kurz erläutert.

AGENDER – Personen, die beschreiben, kein Geschlecht oder kein Geschlechtsempfinden zu haben, sind agender. In der vorliegenden Arbeit wurden agender Personen unter den nicht-binären Oberbegriff gefasst, weil sie ebenso nicht in binäre Zweigeschlechtlichkeit passen. Agender Personen beschreiben sich teilweise jedoch selbst nicht als nicht-binär.

CIS – Begriff für Personen, bei denen das bei der Geburt zugewiesene Geschlecht und die Geschlechtsidentität übereinstimmen.

COMING-OUT – verkürzte Form von ‚coming out of the closet' (dt. aus dem Schrank kommen). Der Begriff wird für den Prozess der Bewusstwerdung der eigenen sexuellen und/oder geschlechtlichen Identität genutzt. Obwohl dies prinzipiell auch cisgeschlechtliche und/oder heterosexuelle Personen miteinschließt, wird der Begriff nahezu ausschließlich für den Prozess benutzt, den Menschen jenseits der cis-heteronormativen Welt durchlaufen (müssen) und in dem sie sich der eigenen Abweichung von der cis-heterosexuellen Norm bewusstwerden. Im Deutschen wird dabei meist unterteilt in ein inneres und ein äußeres Coming-out, wobei das innere den eigenen Realisationsprozess beschreibt und das äußere die Kommunikation dessen nach außen.

DYSPHORIE – Gefühl des emotionalen oder psychischen Stresses, der entsteht, weil die eigene Geschlechtsidentität sich vom zugewiesenen Geschlecht oder von Zuschreibungen unterscheidet. Im pathologischen Sinn ist Dysphorie notwendiges Symptom für die Diagnose ‚Transsexualität'.

GESCHLECHTERPRÄSENTATION – Begriff für das äußere Erscheinungsbild im Sinne geschlechtlich kodierter Attribute: Geschlechterpräsentation umfasst unter anderem Verhalten, Kleidung, Haarschnitte und die Stimme, welche gesellschaftlich meist in die zwei Kategorien Männlichkeit (auch **Maskulinität**) und Weiblichkeit (auch **Femininität**) eingeteilt werden (bspw. kurze Haare und kein Makeup als männlich vs. lange Haare mit Make-up als weiblich). Eine neutrale Präsentation wird auch mit dem Begriff **Androgynität** beschrieben.

GENDERFLUID – Geschlechtsidentität, die sich wandelt. Genderfluide Personen beschreiben oft, dass ihr Geschlecht sich zu unterschiedlichen Zeiten und in unterschiedlichen Kontexten anders anfühlt und sich zwischen 2 oder mehr Geschlechtern hin und her bewegt.

INTER* – auch intergeschlechtlich oder intersexuell; Begriff für Personen, die nicht in die biologischen Kategorien ‚Mann' und ‚Frau' einteilbar sind, d.h. bei denen Körper, Geschlechtschromosomen, Hormone u.a.m. nicht der binären Norm entsprechen.

LGBTIQ – Akronym für lesbisch, schwul (gay), bisexuell, trans, inter, queer. Im Deutschen ist teilweise auch die Schreibweise LSBTIQ geläufig.

NICHT-BINARITÄT – eine Geschlechtsidentität, die abseits der binären Kategorien ‚Mann' und ‚Frau' existiert. Der Begriff wird einerseits als Label einzelner Personen benutzt, andererseits auch als Oberbegriff für geschlechtlichen Identitäten, die keinem der beiden binären Geschlechter oder beiden zusammen zuzuordnen sind oder die zwischen oder komplett abseits dieses Spektrums liegen.

PASSING – von engl. ‚to pass for/as ...': dt. ‚als ... durchgehen', auch als deutsches Verb ‚passen'. Ein aus dem Englischen stammender Begriff dafür, wenn eine Person einer geschlechtlichen/ethnischen/sexuellen Minderheit für ein Teil der Mehrheit gehalten wird. Im Kontext Geschlecht typischerweise, wenn zum Beispiel eine trans Frau als cis Frau gelesen (lesen bedeutet hier in etwa: als ... wahrnehmen) und ihre trans Identität nicht erkannt wird.

PRONOMEN – im Kontext geschlechtlicher Identität sind Personalpronomen der dritten Person Singular (dt. er/sie/es) gemeint, die an Geschlecht geknüpft sind. Für Männer wird traditionell ‚er', für Frauen ‚sie' benutzt, wobei dies im Alltag an der Geschlechterpräsentation und nicht an der Geschlechtsidentität festgemacht wird. Während in einigen Sprachen ein geschlechtsneutrales Pronomen bereits besteht (z.B. Englisch, Finnisch) oder konstruiert wurde (z.B. Schwedisch), gibt es im Deutschen dafür nur die Option ‚es', was allerdings eine hauptsächlich sachliche Konnotation hat. Sog. Neopronomen – neu konstruierte Pronomen wie bspw. ‚hän', ‚dey', ‚xier' – werden auch im Deutschen von einzelnen Personen genutzt, sind aber noch nicht im allgemeinen Sprachgebrauch angekommen.

QUEER – Sammelbegriff für nicht-heterosexuelle und/oder nicht-cisgeschlechtliche Identitäten, wird aber auch als individuelles Label benutzt.

TRANS – auch transident, transgeschlechtlich, transgender, transsexuell. Begriff für Personen, deren Geschlechtsidentität vom zugewiesenen Geschlecht abweicht; trans wird als Adjektiv verwendet und deshalb kleingeschrieben. Oft ist auch die Schreibweise trans* mit Asterisk zu sehen, um unter anderem die Vielfalt unter trans Personen auszudrücken und bspw. nicht-binäre Personen miteinzubeziehen. In dieser Arbeit drückt dies trans allein auch schon aus, da es die Abweichung vom zugewiesenen Geschlecht beschreibt; der Stern ist hierzu nicht notwendig.

ZUGEWIESENES GESCHLECHT – das Geschlecht, das bei der Geburt zugewiesen wurde. Unterschieden wird hauptsächlich zwischen Personen, denen ein männliches Geschlecht zugewiesen wurde (‚assigned male at birth' – amab) und Personen, denen ein weibliches Geschlecht zugewiesen wurde (‚assigned female at birth' – afab). Inter* kann auch ein zugewiesenes Geschlecht sein.

1 Einleitung

Im Zentrum der diversitätssensiblen Jugendforschungstradition des Deutsches Jugendinstituts steht die Betrachtung der Lebenswelten junger Menschen, die einerseits von allgemeinen Herausforderungen des Heranwachsens und andererseits von weiteren Marginalisierungen und Nicht-Zugehörigkeiten zu einer vermeintlichen Mehrheitsgesellschaft geprägt sind: Es geht dabei um die Annahme, dass es nicht *die* Jugend als eine homogene Gruppe junger Menschen gibt, sondern eine große Vielfalt jugendlicher Lebenswelten. Die Lebensrealitäten junger Menschen unterscheiden sich durch verschiedene Aspekte der Identität und Zugehörigkeit. Eine diversitätssensible, auf besondere Gruppen bezogene Jugendforschung kann eine allgemein orientierte Jugendforschung ergänzen, um spezifische Lebenssituationen differenziert zu untersuchen (Gaupp 2017). Geschlechtliche Identität und sexuelle Orientierung sind dabei zwei wichtige Diversitätsmerkmale junger Menschen[1].

Gesellschaftlich ist seit den 1990er-Jahren die Sichtbarkeit geschlechtlicher Vielfalt in der Öffentlichkeit gestiegen (Schmidt u.a. 2015). Dabei ist auch eine zunehmende Akzeptanz gleichgeschlechtlicher sowie transgeschlechtlicher Lebensweisen erkennbar (Güldenring 2016), zumal das verfügbare Wissen über sexuelle und geschlechtliche Vielfalt zugenommen hat (Krell 2022). Gleichzeitig birgt die gesteigerte Sichtbarkeit queerer und gerade transgeschlechtlicher Lebensweisen auch Herausforderungen: Seit den 2000er-Jahren gibt es auch über Deutschland hinaus und mitunter in anderen europäischen Ländern verstärkt Mobilisierung von Seiten der politischen Rechten, die sich gegen sexuelle und geschlechtliche Minderheiten richten (Hark/Villa 2015). Dabei ist die öffentliche Debatte häufig von Vorurteilen behaftet, transfeindlich aufgeladen und gerade junge trans Menschen werden in den Debatten instrumentalisiert (Faye 2022; Schmincke 2015).

Die vorliegende Studie greift die aktuellen gesellschaftlichen Herausforderungen auf und leistet einen Beitrag zur Schließung der bestehenden Forschungslücke zur Lebenssituation von trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Die empirische Untersuchung auf der Basis von 25 Interviews mit jungen trans und nicht-binären Menschen zwischen 16 und 29 Jahren zielt darauf ab, ein tiefgehendes und differenziertes Verständnis dafür zu erreichen, wie junge Menschen ihre geschlechtliche Zugehörigkeit erkennen, entwickeln, definieren und leben, wenn diese jenseits von Cis- bzw. Zweigeschlechtlichkeit verortet ist.

[1] Neben der geschlechtlichen Identität und sexuellen Orientierung gibt es zahlreiche weitere Diversitätsmerkmale. Jugendliche – egal ob trans oder cis – können z.B. auf dem Land oder in der Stadt aufwachsen, ihnen kann mehr oder weniger Geld zur Verfügung stehen, sie können mit einer chronischen Erkrankung oder Behinderung leben, Wurzeln in einem anderen Land als ihrem Geburtsland oder Migrationserfahrung haben oder unterschiedlichen Religionsgemeinschaften angehören.

„**Interviewer*in:** Was ist für dich das Schöne am Nicht-binär- beziehungsweise Trans-Sein?

Casim: Das Einzige, was daran nicht schön ist, ist halt, wie die Gesellschaft damit umgeht. Ich glaube, dass Menschen wie ich viel freier sind. Weil wir eben aktiv einfach durch unsere reine Existenz die Norm hinterfragen. Und einfach, ja, diese Erwartungen hinter uns lassen. (...) Und ich glaube, das ist genau das Privileg, das ich so darin sehe. (...) also, wenn ich mir Gedanken mache, dann mache ich das nur für die Gesellschaft so, und wenn ich aber mit mir alleine bin, dann habe ich irgendwie ganz klar, wer ich bin und was ich möchte und was ich mag. Und kann einfach irgendwas machen, ohne auf eine Norm oder eine Vorgabe achten zu müssen so. Und das find ich sehr befreiend und sehr schön. Und auch so diese krasse Verbundenheit, die ich zu anderen trans und nicht-binären Menschen habe. (...) Das ist irgendwie so eine ganz besondere Art von Verbundenheit, die sehr, sehr schön ist, und sehr heilsam ist auch einfach so."

Casim, trans/nicht-binär, 25 Jahre

Die Worte von Casim zeugen von einer tiefgreifenden persönlichen Perspektive auf das eigene Nicht-binär-/Trans-Sein und konnotieren es grundsätzlich positiv. Casim beschreibt in diesem eingehenden Zitat sehr deutlich die Ambivalenz und Intensität der eigenen Erfahrungen als eine nicht-binäre Person in einer gesellschaftlichen Realität, die häufig von Normen und Erwartungen geprägt ist; Casim reflektiert dabei nicht nur die persönlichen Herausforderungen, sondern auch die ersehnte Freiheit, die sich aus der eigenen Existenz außerhalb der binären Geschlechtsnormen ergibt.

Casim ist trans und nicht-binär. Wie andere trans und nicht-binäre Personen erlebt Casim eine Diskrepanz zwischen dem bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht und der eigenen geschlechtlichen Identität. Die Selbstverortungen von trans und nicht-binären Personen sind vielfältig, sie existieren auf einem Spektrum von binären Identitäten (trans Frauen/Mädchen und trans Männer/Jungen) bis hin zu unterschiedlichen nicht-binären Geschlechtern. Beispiele einer nicht-binären Selbstverortung sind dritte Geschlechter, ein individuelles, eigenes Geschlecht, ein fluides oder kontext-abhängig wechselndes Geschlecht oder auch eine Verortung jenseits geschlechtlicher Kategorien (Matsuno/Budge 2017; Gaupp u.a. 2021). Nicht-binäre Personen können, müssen aber nicht, das Label ‚trans' für sich selbst verwenden (Darwin 2020)[2].

Entgegen der tief in der Gesellschaft verankerten Annahme der Zweigeschlechtlichkeit hinterfragen trans und nicht-binäre Personen in Casims Worten „einfach durch [ihre] reine Existenz die Norm": damit gemeint ist die Cis-Heteronormativität. Cis-Heteronormativität beschreibt in Anlehnung an Peter Wagenknechts (2007) und Christian Klesses (2007) Verständnis von Heteronormativität eine alles durchdringende gesellschaftliche Ordnung, die von ausschließlich zwei binären Geschlechtern

[2] In diesem Bericht wird die Schreibweise ‚trans und nicht-binär' verwendet, auch wenn eine klare Trennung der beiden Begriffe nicht möglich ist.

ausgeht. Dabei entspricht das zugewiesene Geschlecht der individuellen Geschlechtsidentität, und die betreffenden Personen fühlen romantische und sexuelle Anziehung zum jeweils anderen Geschlecht. Innerhalb der binären Geschlechterordnung werden den beiden Geschlechtern – ‚Mann' und ‚Frau' – spezifische Merkmale wie Körper, sexuelle Orientierung, Fähigkeiten, Hobbys, Geschlechterpräsentation, Berufswünsche usw. eindeutig zugeordnet (Wagenknecht 2007)

Innerhalb dieses Systems werden Personen und Verhalten, die dem nicht entsprechen, sanktioniert, ausgegrenzt und als ‚anders' oder ‚abweichend' markiert. Diese Markierung als von einer Norm abweichend wird auch ‚Othering' (Reuter 2015) genannt. Menschen, die cis-heteronormativen Erwartungen nicht entsprechen, erleben immer wieder Ablehnung, Ausgrenzung und Diskriminierung bis hin zu körperlicher und psychischer Gewalt (u.a. European Union Agency for Fundamental Rights 2020; Schwulenberatung Berlin 2019; Krell und Oldemeier 2017; LesMigraS - Lesbenberatung Berlin e.V. 2012).

Casim betont, dass das Loslösen von dieser Normativität auch Freiheit bedeuten kann: Die Freiheit, gesellschaftliche Erwartungen hinter sich zu lassen und das eigene Leben individuell auf die eigenen Bedürfnisse abgestimmt zu gestalten. Doch diesen Weg zu gehen, kann gerade für junge trans und nicht-binäre Personen eine Herausforderung sein. Sie stehen ohnehin wie alle jungen Menschen vor der großen Aufgabe, einen für sich passenden Lebensentwurf zu entwickeln, sowie vor wichtigen alterstypischen Herausforderungen, wie die Ausgestaltungen der eigenen Verselbstständigung, Qualifizierung und Selbstpositionierung. Dazu kommt für junge trans und nicht-binäre Menschen zusätzlich die Auseinandersetzung mit Heteronormativität, Erwartungsdruck und potentiellen Diskriminierungen (Krell 2022).

Die vielfältigen – positiven wie negativen – Erfahrungen, die junge trans und nicht-binäre Menschen im Zuge ihres Erwachsenwerdens machen, stehen im Fokus der vorliegenden Studie. Im Folgenden wird zunächst in ausgewählte Theorien und Konzepte sowie den empirischen Forschungsstand eingeführt (siehe Kap. 2). Es folgt eine Beschreibung des methodischen Vorgehens (siehe Kap. 3) sowie eine Darstellung der Ergebnisse der Untersuchung (siehe Kap. 4). Die durchgeführten Interviews liefern Erkenntnisse über die eigene Bewusstwerdung (siehe Kap. 4.1), Transitionswünsche und -erfahrungen (siehe Kap. 4.2) sowie über Alltagserfahrungen (siehe Kap. 4.3) der trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen; Exkurse und einzelne Falldarstellungen schließen die Ergebnisdarstellung ab (siehe Kap. 4.4). Daraufhin werden die Ergebnisse mit Blick auf Ambivalenzen des Trans-Seins auch vor dem Hintergrund des Forschungsstands diskutiert (siehe Kap. 5). Der Bericht schließt ab mit Schlussfolgerungen und Handlungsempfehlungen (siehe Kap. 6).

Danksagungen

Wir möchten allen Personen danken, die zum Erfolg dieses Forschungsprojekts beigetragen haben, allen voran unseren Interviewpartner*innen: **Luca, Cal, Casim, Haru, Noel, Elika, Annalena, Hanna, Toni, Birdie, Leon, Max, Glenn, Lena, Sophia, Peppa, Lilly, Lukas, Mercury, Fiona, Lennox, Oakley, Maja, Deniz und Lysi**[3]. Vielen Dank für Euer Vertrauen und Eure Offenheit, sehr persönliche Einblicke in eure Lebensrealitäten mit uns zu teilen.

Außerdem geht unser Dank an unseren Projektbeirat, in dem wir während der gesamten Laufzeit Fragen zur Forschungskonzeption bis hin zu Ergebniseinordnung diskutieren und immer auf Expertise und Unterstützung bauen konnten: Adan Geißendörfer, Dr. Claudia Krell, Eli Kappo, Dr. Erik Schneider, Dr. Heinz-Jürgen Voß, Jan*ine Gräfe, K* Stern. Dr. Kerstin Oldemeier, Mari Günther, Ne Fink, Tsepo Bollwinkel und Dr. Utan Schirmer.

Bei Flora Buczkowski, Stefanie Krüger, Dr. Claudia Krell, Charlie Pitzer und einer pädagogischen Fachkraft eines einschlägigen Jugendbildungs- und Beratungszentrums in einer Großstadt in Nordrhein-Westfalen, die anonym bleiben möchte, bedanken wir uns für die Teilnahme an einem Workshop zu queerer Jugendhilfe; Dr. Susanna Roßbach und Sascha Bos unterstützten uns bei rechtlichen respektive medizinischen Fragen. Weiterhin wurden wir von Nova Gockeln zum Thema Neurodivergenz sowie von Léan Maurer und Julien Franke zum Thema Inter* beraten. Vielen herzlichen Dank an Euch alle!

Am Deutschen Jugendinstitut richtet sich unser Dank an alle Personen, die uns an unterschiedlichen Punkten in unserem Projekt beraten und unterstützt haben. Dazu zählen insbesondere Dr. Anne Berngruber und unsere Kolleg*innen aus der Abteilung und Fachgruppe sowie Dr. Anna Buschmeyer von der Arbeitsstelle Gender und Dr. Herwig Reiter von der Methodenberatung. Unser Dank gilt auch Dr. Nora Gaupp, die das Projekt konzipiert und den Grundstein für unsere Arbeit gelegt hat.

Das Projekt wurde gefördert aus Mitteln des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ). Ohne die finanzielle Unterstützung wäre die Umsetzung dieses Projektes nicht möglich gewesen und wir bedanken uns beim BMFSFJ sowie unserer Ansprechperson Dominik Zallmanzig für die kompetente Begleitung des Projekts.

[3] Alle Namen sind zum Schutz der Personen pseudonymisiert.

2 Theoretische und empirische Hintergründe und Entwicklung der Fragestellungen

Theoretische und empirische Hintergründe

„Wissenschaftliche Veröffentlichungen zu trans Kindern und -Jugendlichen sind nach wie vor rar. (...) Abseits der klinischen Forschung gibt es nur wenige Studien, die sich dem Thema mit einem lebensweltlichen Bezug und vor einem queer-theoretischen Hintergrund in nicht-binarisierender, nicht-psychopathologisierender und emanzipatorischer Perspektive nähern“ (Sauer/Meyer 2016, S. 9).

„Bei der Betrachtung des aktuellen Forschungsstandes lässt sich zusammenfassend feststellen, dass ein akuter Forschungsbedarf zu den Lebenswelten von inter*, trans* und genderqueeren Jugendlichen vorliegt. Das Zusammenwirken von Jugendalter und trans*, inter* und genderqueeren Identitäten wurde bisher in Deutschland unzureichend untersucht“ (Focks 2014, S. 6).

Neben diesen grundsätzlichen Aussagen zu der existierenden Forschungslage zu jungen trans Personen in Deutschland sowie zu einem vorhandenen Forschungsbedarf lassen sich weitere spezifische Beobachtungen zur Forschung mit und zu trans Jugendlichen formulieren: Zum einen erfolgt nur ein kleinerer Teil der Studien zum Thema über Befragungen von jungen trans Personen selbst, häufiger werden sog. Proxy-Informationen herangezogen, etwa indem Eltern, Therapeut*innen oder Mediziner*innen zur Situation von trans Jugendlichen befragt werden, aber nicht die betreffenden jungen Menschen selbst (Pearce 2018). Zum zweiten werden Forschungsfragen oftmals aus der Sicht einer bestimmten Profession formuliert, die in ihrem Handlungsfeld mit trans Jugendlichen Berührungspunkte hat, etwa die verschiedenen medizinischen Fächer, z.B. die Kinder- und Jugendmedizin oder die Endokrinologie (Groß u.a. 2008), die Kinder- und Jugendpsychotherapie und -psychiatrie (Pauli 2017; Naß u.a. 2016) oder die Rechtswissenschaften (Giordano 2008). Forschungsfragen beziehen sich in diesen Arbeiten vorwiegend auf Fragen der Unterstützung, Begleitung, Therapie und medizinischen Behandlung von jungen trans Personen. Was demgegenüber fehlt, sind Studien die sich genuin der Frage des Selbstverständnisses und der Selbstbeschreibung von trans Jugendlichen und ihren Alltagserfahrungen widmen – eine Perspektive wie sie die diversitätsorientierte Jugendforschung (Berngruber/Gaupp 2021; Brodersen/Gaupp 2020; Gaupp 2017) verfolgt. Zum dritten beziehen sich viele Forschungsarbeiten auf binäre trans weibliche und trans männliche Identitäten. Nicht-binäre Selbstverortungen werden nur von wenigen Studien explizit einbezogen (z.B. Travers 2018). Explizit nicht-binäre Erfahrungswelten wurden von Emmie Stemmer (2024) untersucht. Viertens ist festzustellen, dass durchaus eine ganze Reihe von Studien zu queeren Jugendlichen existiert, die grundsätzlich beide Aspekte sexueller und geschlechtlicher Vielfalt (die sexuelle Orientierung sowie die geschlechtliche Zugehörigkeit) umfassen, in diesen aber häufig das Thema der sexuellen Orientierung mehr Raum einnimmt als das der geschlechtlichen Zugehörigkeit (z.B. Focks 2014).

Zentrale Erkenntnisse aus bisherigen Forschungsarbeiten zu den Lebensrealitäten (junger) trans und nicht-binärer Personen lassen sich wie folgt zusammenfassen: Es existiert eine große Vielfalt an geschlechtlichen Selbstbezeichnungen und -verortungen jenseits der binären Kategorien ‚weiblich' und ‚männlich'. Dies geht unter anderem aus den DJI-Studien zu den Lebensrealitäten von jungen LGBTQ* Personen von Claudia Krell und Kerstin Oldemeier (2017; 2018) hervor. Häufig gaben die Jugendlichen und jungen Erwachsenen nicht-etablierte, alternative geschlechtliche Selbstbezeichnungen an. Ähnlich divers fielen die Angaben zur geschlechtlichen Selbstpositionierung in der Studie des Robert-Koch-Instituts und der Deutschen Aidshilfe (2023) zur sexuellen Gesundheit und medizinischen Versorgung von trans und nicht-binären Personen in Deutschland aus: Über die Hälfte der Teilnehmer*innen der Online-Befragung verortete sich auf einem nicht-binären Spektrum.

Der Bewusstwerdungsprozess hin zu einer nicht-cisgeschlechtlichen Selbstpositionierung ist von der Auseinandersetzung mit binären Geschlechternormen geprägt, wie Studien von Robin Osterkamp und Friederike Wünsch (2022) sowie Kerstin Oldemeier (2021) gezeigt haben. Teilweise versuchen junge trans Personen diesen Normen zu entsprechen, wenn sie ihre geschlechtliche Selbstpositionierung nach außen hin präsentieren, teilweise grenzen sie sich auch bewusst von ihnen ab. In beiden Fällen dient die binäre Geschlechterordnung als Referenzrahmen. Der Bewusstwerdungsprozess kann von Leidensdruck geprägt sein, unter anderem aufgrund normativ-geschlechtlicher Zuschreibungserfahrungen, die dem eigenen geschlechtlichen Erleben widersprechen, sowie befürchteter negativer Reaktionen des sozialen Umfelds auf ein Coming-out. Teilweise ist der Prozess der Bewusstwerdung durch die fehlende Kenntnis passender Begrifflichkeiten für das eigene geschlechtliche Erleben erschwert. Gerade nicht-binäre Personen leiden dabei unter einem sehr präsenten binären Geschlechtersystem, wie aus einer Untersuchung von Emmie Stemmer (2024) hervorging. Die eigene nicht-binäre Identität wird darin unsichtbar und schwer vorstellbar, auch dadurch, dass Nicht-Binarität zunächst kein generalisierbares Aussehen hat.

Studien deuten darauf hin, dass es häufig enge Freund*innen sind, denen junge trans und nicht-binäre Personen erstmals ihre nicht-cisgeschlechtliche Identität anvertrauen. Freundschaften können dabei eine wichtige Quelle für Rückhalt, Rat und Bestärkung sein – unabhängig davon, ob sie im digitalen oder im persönlichen Kontakt gepflegt werden (Krell/Oldemeier 2017; Sauer/Meyer 2016). Queere Freizeitangebote wie Jugendgruppen, Cafés oder Partys können eine Möglichkeit darstellen, andere junge trans und nicht-binäre Personen kennenzulernen, sich akzeptiert zu fühlen und Informationen auszutauschen. Meist existieren solche Angebote jedoch nur in Großstädten und sind für Jugendliche, die im ländlichen Raum leben, schwer zu erreichen. Auch Unsicherheit darüber, was Jugendliche bei queeren Freizeitangeboten konkret erwartet, kann ein Hinderungsgrund für die Inanspruchnahme sein (Krell/Oldemeier 2017).

Trans und nicht-binäre Jugendliche berichten in Studien von der Wichtigkeit, dass ihre Identität auch im familiären Kontext ernst genommen und ihr Transitionswunsch unterstützt wird. Berichtete elterliche Reaktionen auf ein Coming-out ihres Kindes als trans und nicht-binär reichen dabei von Akzeptanz und Unterstützung

über neutrale Kenntnisnahme bis hin zu Ablehnung oder Beziehungsabbruch (Krell/Oldemeier 2017; Sauer/Meyer 2016).

Aus einigen Studien geht außerdem hervor, dass trans Jugendliche und junge Erwachsene im Gesundheitssystem diskriminierende und belastende Erfahrungen machen (u.a. Robert Koch-Institut/Deutsche Aidshilfe 2023; Brokmeier u.a. 2022; Krell/Oldemeier 2017; Sauer/Meyer 2016). Oftmals trägt hierzu mangelndes Wissen und fehlende Sensibilisierung des medizinischen Fachpersonals in Bezug auf Transgeschlechtlichkeit bzw. Nicht-Binarität bei (Sauer/Meyer 2016). Der Zugang zu Gesundheitsleistungen ist für trans Personen generell erschwert, neben Diskriminierungserfahrungen unter anderem aufgrund des Mangels an trans und nichtbinär spezialisierten Angeboten (European Union Agency for Fundamental Rights 2020). Rechtliche und medizinische Transitionen erleben den Studien zufolge viele trans Jugendliche als kompliziert und beschwerlich, insbesondere aufgrund der Pathologisierung von Nicht-Cisgeschlechtlichkeit sowie der auf binären Geschlechternormen basierenden Richtlinien und Vorschriften zur Regulation von Transitionen (Robert Koch-Institut/Deutsche Aidshilfe 2023). Aus dem Forschungsstand geht zudem hervor, dass nicht alle trans Jugendlichen im selben Umfang das Bedürfnis nach medizinischen Transitionsmaßnahmen haben (ebd.; Oldemeier 2021).

Das Robert Koch-Institut und die Deutsche Aidshilfe untersuchen in ihrer Studie den Minderheitenstress bei trans und nicht-binären Personen. Das Minderheiten-Stress-Modell (vgl. ursprünglich nach Meyer 2003 sowie dessen Weiterentwicklung für trans Personen nach Hendricks/Testa 2012) bietet einen theoretischen Rahmen zur Analyse der Wechselwirkung zwischen Identität und Stress bei queeren Personen. Die distalen Stressoren umfassen Gewalterfahrungen, diskriminierende institutionelle Strukturen, stereotype Ansichten der Mehrheitsgesellschaft sowie das Absprechen der geschlechtlichen Identität. Proximale Stressoren beinhalten die internalisierte Transnegativität, negative Erwartungshaltungen und das Verschleiern der geschlechtlichen Identität. Die Ergebnisse der Studie des Robert Koch-Instituts und der Deutsche Aidshilfe zeigen, dass diese Stressoren die psychische Gesundheit von trans und nicht-binären Personen negativ beeinflussen und die Inanspruchnahme von Gesundheitsangeboten erschweren (Robert Koch-Institut/Deutsche Aidshilfe 2023). Gleichzeitig hebt die Studie auch Resilienzfaktoren hervor, die sich positiv auf die psychische Gesundheit auswirken können. Dazu gehören soziale Unterstützung, Bewältigungsstrategien auf individueller und Community-Ebene sowie Transpositivität, also das Stolz-Sein auf die eigene geschlechtliche Identität. Die Teilnehmer*innen betonten die Bedeutung von Communitys, in denen sie positive Peerbeziehungen bilden (ebd.).

Das Forschungsprojekt „Jung, trans, nicht-binär – zur Lebenssituation von trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen“ ergänzt die bestehende Studienlage durch einen spezifischen Beitrag, indem es trans und nicht-binäre junge Menschen mit ihrem Selbstverständnis, ihrem Prozess des Bewusstwerdens, ihren Erfahrungen in verschiedenen sozialen Kontexten und ihrem Wunsch nach Schritten einer sozialen, rechtlichen und/oder medizinischen Transition in den Mittelpunkt des Erkenntnisinteresses stellt und hierbei insbesondere systematisch auch nicht-binäre Erlebnisweisen berücksichtigt. In dieser Fokussierung geht das Projekt über die Erkenntnisse aus der Coming-out-Studie von Claudia Krell und Kerstin

Oldemeier (2017) hinaus, zumal im Sample und in der Stichprobe dieser Untersuchung trans und gender*diverse Jugendliche gegenüber lesbischen, schwulen, bisexuellen und orientierungsdiversen Jugendlichen geringer repräsentiert waren. Das vorliegende Projekt greift explizit bestimmte trans-spezifische Themen (wie z.B. Bewusstwerdungsprozesse über nicht-cisgeschlechtliche binäre und nicht-binäre Selbstverortungen oder Reflexionsprozesse über Transitionsschritte) auf, welche bislang in vorausgehenden Studien nicht ausreichend differenziert bearbeitet werden konnten.

Zielsetzung und forschungsleitende Fragestellungen

Vor dem theoretischen und empirischen Hintergrund lässt sich das Ziel der vorliegenden Studie wie folgt zusammenfassen: Die aktuelle Studienlage soll um Erkenntnisse darüber erweitert werden, wie junge trans und nicht-binäre Personen ihre geschlechtliche Zugehörigkeit selbst erleben, welche Bewusstwerdungsprozesse sie dabei durchlaufen, welche Erfahrungen sie in verschiedenen sozialen Kontexten machen und wie sie auf mögliche soziale, rechtliche und/oder medizinische Transitionsschritte blicken.

Folgende Forschungsfragen werden beantwortet:

1. Wie verläuft der Prozess des Erkennens und der Bewusstwerdung der eigenen geschlechtlichen Identität und welche Erfahrungen sind damit verbunden?

2. Wovon hängen Wünsche ab, bestimmte soziale, rechtliche und/oder medizinische Transitionsschritte zu gehen bzw. nicht zu gehen? Und welche Erfahrungen werden mit bereits realisierten Transitionsschritten gemacht?

3. Wie wird die geschlechtliche Zugehörigkeit in verschiedenen sozialen Kontexten gelebt und welche Erfahrungen sind damit verbunden?

Das Forschungsprojekt verfolgt bei der Beantwortung dieser Fragestellungen einen diversitätsorientierten Jugendforschungsansatz mit einem emanzipatorischem, nicht-pathologisierendem Zugang und nimmt eine ressourcenorientierte Perspektive ein. Damit unterscheidet es sich von solchen Forschungsprojekten, die nicht-cisgeschlechtliche Lebensweisen vor dem Hintergrund von Heteronormativität und Zweigeschlechtlichkeit defizitorientiert betrachten.

3 Methodisches Vorgehen

Möchte man ein tiefergehendes und breiteres Verständnis für die Lebenswelten von trans und nicht-binären jungen Menschen erlangen, bieten sich zur Beantwortung der forschungsleitenden Fragestellungen Methoden der qualitativen Sozialforschung an. Sie helfen durch ihre offene Herangehensweise[4] bei der Erschließung eines Forschungsfeldes und ermöglichen einen Einblick in die subjektiven Sichtweisen und das persönliche Erleben der Akteur*innen. Dabei werden trans und nicht-binäre Jugendliche als Expert*innen ihrer Lebenswirklichkeit im Forschungsprozess betrachtet – eine Perspektive, die nach wie vor in Forschungsarbeiten zu wenig beachtet wird (Pohlkamp 2010). Diese Herangehensweise ermöglicht ein besseres Verständnis davon, wie junge trans und/oder nicht-binäre Menschen ihre geschlechtliche Zugehörigkeit beschreiben und definieren sowie auf ihre Lebensrealität blicken.

Das Erhebungsinstrument

Um die Forschungsfragen nach Prozessen der Bewusstwerdung über die eigene geschlechtliche Identität, Erfahrungen in unterschiedlichen sozialen Kontexten sowie die Sichtweisen auf Wünsche und Erfahrungen mit Transitionsprozessen beantworten zu können, bieten sich problemzentrierte Interviews (Witzel/Reiter 2022) mit jungen trans und nicht-binären Personen an. Das problemzentrierte Interview zielt auf die „Erfassung individueller Handlungen sowie subjektiver Wahrnehmungen und Verarbeitungsweisen gesellschaftlicher Realität“ (Witzel 2000, S. 1) ab und ermöglicht die Beschreibung einer gesellschaftlich relevanten Problemstellung aus Sicht der Interviewten. Weil das Aufwachsen in einer binären und heteronormativen Gesellschaftsordnung für queere Jugendliche notwendigerweise das Entwerfen eigener für sich passender Lebensentwürfe mit sich bringt (Krell/Oldemeier 2017), sind problemzentrierte Interviews für die Annäherung an den Forschungsgegenstand gut geeignet.

Die Interviews werden durch einen offenen Leitfaden[5] strukturiert, der flexibel einsetzbar ist. So besteht die Möglichkeit, sowohl auf offene biografisch-narrative Erzählungen zu lenken als auch stärker themenzentrierte Anteile in den Fokus zu rücken. Ihr Vorteil ist, dass sie genügend Raum für ausführliche Erzählpassagen bieten und die Interviewpartner*innen die Möglichkeit haben, ihre Erzählung frei zu entfalten und eigene „inhaltliche Relevanzstrukturen“ (Przyborski/Wohlrab-Sahr 2008, S. 139) zu setzen.

[4] Offenheit ist ein wichtiges Gütekriterium der qualitativen Sozialforschung. Gemeint ist, dass der Forschungsprozess durch einen offenen Blick und eine offene Herangehensweise strukturiert ist, z.B. Offenheit in der Fragestellung und Offenheit bezüglich der Themen, die die Interviewpartner*innen selbst als eigene Relevanzstruktur in die Interviews einbringen (vgl. Breuer et al. 2019).

[5] Der eingesetzte Interviewleitfaden sowie alle weiteren Materialien zum Vorgehen im Projekt (Studienflyer zur Rekrutierung von Interviewpartner*innen, Informationsmaterialien, etc.) werden auf Nachfrage gerne zur Verfügung gestellt.

Begleitung des Projekts durch Expert*innen

Angesichts der Vielschichtigkeit und Komplexität des Themas ist ein wesentlicher Bestandteil der Studie ein umfangreiches Programm an Kommunikations- und Beratungsprozessen mit Expert*innen. So begleitete nicht zuletzt ein interdisziplinärer und fachlich ausgewiesener **Projektbeirat** (Auflistung siehe Anhang) das Projekt fortwährend und in regelmäßigen Abständen. Seine Funktion bestand in der Diskussion und Konkretisierung des Selbstverständnisses sowie der konzeptionellen Grundlagen des Projektes oder auch in der Unterstützung bei der Interpretation und Ausarbeitung der empirischen Ergebnisse. Durch die Einbindung von interdisziplinärem Fachwissen aus Wissenschaft, Praxis und community-basierten Verbänden konnte die Ausarbeitung des Projekts an Qualität und Komplexität gewinnen.

Zudem wurden zu Beginn des Forschungsprozesses ein **Expert*innen-Workshop** mit Fachkräften aus der queeren bzw. trans Jugendarbeit und zwei **Expert*innen-Interviews** mit Wissenschaftler*innen aus dem Bereich Recht und Medizin durchgeführt. Das daraus generierte Wissen wurde genutzt, um eine Vielfalt an fachlichen Perspektiven in das Projekt einfließen zu lassen und die Forscher*innen für die Durchführung der Interviews mit trans und nicht-binären Jugendlichen inhaltlich vorzubereiten.

Aus forschungsethischen Gründen (Reiter 2021) wurde das Projekt vor und während der Durchführung der Interviews durch einen psychotherapeutisch tätigen Supervisor begleitet, der Erfahrungen in der Arbeit mit trans und nicht-binären Jugendlichen hat. Angesichts der für die Interviewpartner*innen persönlich hoch bedeutsamen Situation wurde die **Supervision zur Vorbereitung und Nachbesprechung der Interviews** genutzt. Das Erlernen eines rücksichtsvollen und (trauma-) sensiblen Umgangs mit den Teilnehmer*innen half dabei, potentiell aufkommenden Belastungen präventiv vorzubeugen oder professionell aufzufangen. Gleichzeitig diente die Supervision der selbstreflexiven und kritischen Auseinandersetzung der Forscher*innen mit der eigenen Rolle im Feld.[6]

Feldzugang und Sample

Die Studie verfolgt das Ziel, eine möglichst umfassende Perspektive auf die unterschiedlichen Lebensrealitäten von trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen zu gewinnen und dabei die Komplexität und Diversität ihrer Selbstverortungen, Erfahrungen und Bedürfnisse zu berücksichtigen.

Bei der Projektdurchführung wurde eine Samplingstrategie gewählt, die folgende Kriterien als Mindestanforderung erfüllt:

– Personen mit trans binären sowie nicht-binären Selbstverortungen

[6] Hierzu gehörte beispielsweise die Sensibilisierung für eine respektvolle und nicht-stigmatisierende Sprache in den Interviewsituationen, und zwar mit dem Wissen darüber, dass die Interviewsituation und die Frage nach einer biografischen Erzählung an Begutachtungsprozesse erinnern kann und eine bestimmte Erzählung in Richtung erwartete ‚Trans-Lebensläufe' evozieren könnte.

- Personen mit und ohne gemachten oder gewünschten sozialen, rechtlichen, medizinischen Transitionsschritten
- Personen mit und ohne Coming-out Erfahrungen
- Personen im Alter von 16 bis unter 30 Jahren[7]
- Personen aus unterschiedlichen Regionen Deutschlands
- Personen mit und ohne ‚Jugendhilfe-Erfahrung'

Gleichzeitig galt es bei der Entwicklung der Feldzugänge einen verstärkten Fokus auf Personengruppen zu richten, die in der Regel schwerer erreichbar sind. Aus diesem Grund wurde eine spezifischere Streuung und direkte Ansprache für verschiedene Personengruppen angestrebt, und zwar trans und nicht-binäre Jugendliche und junge Erwachsene, die

- von weiteren Ungleichheitsstrukturen betroffen sind (z.B. Armut, Rassismus, Behinderung),
- minderjährig sind,
- transweiblich sind,
- auf dem Land oder in ländlichen Regionen leben.

Der Aufruf zur Beteiligung am Projekt erfolgte durch die Streuung von Studienflyern. Die Zugänge zu jungen trans und nicht-binären Menschen wurden über verschiedene Personen und Institutionen generiert: Fachkräfte aus der queeren Jugendarbeit, Schulsozialarbeiter*innen, spezifische Beratungsstellen, auf mehrfachmarginalisierte Jugendliche ausgerichtete Angebote, bestehende Kontakte im Feld (wie einzelnen Beiratsmitgliedern, teilnehmenden Expert*innen der Workshops). Ebenso wurden soziale Medien wie Instagram genutzt, um junge Menschen zu erreichen, die keinen Zugang zu queeren Freizeit- und Beratungsangeboten besitzen oder in ländlichen Regionen aufwachsen. Dies gelang mit Hilfe von bekannten Personen auf Instagram, die ein großes queeres Publikum haben.

Der Rücklauf zur Teilnahme am Interview war sehr groß. Innerhalb der ersten Wochen äußerten mehr als 50 Personen ihren Wunsch zur Teilnahmen an einem Interview. Aufgrund der Projektkonzeption und den darauf ausgerichteten Kapazitäten konnte nur die Hälfte der jungen Menschen zu einem Interview eingeladen werden. Dennoch zeigt dieser Umstand, dass junge trans und nicht-binäre Menschen ein großes Interesse und Engagement zeigen sowie die Bereitschaft besitzen an einem einstündigen Interview teilzunehmen und von ihren Erfahrungen zu berichten.

[7] Die untere Altersgrenze von 16 Jahren begründet sich über datenschutzrechtliche und forschungsethische Argumente, die obere Altersgrenze bis 30 Jahre begründet sich darüber, dass Transitionen als hochgradig individuelle Prozesse oft mehrere Jahre brauchen und oft bis ins junge Erwachsenenalter andauern; über retrospektive biografische Schilderungen können mit dem geschilderten Sample auch Erfahrungen im Kindesalter thematisiert werden.

Durchführung der Interviews

Vor der Interviewdurchführung fand mit jeder Person ein ausführliches Vorgespräch statt, in der Regel online. Die Teilnehmer*innen konnten so ausführlich über die Studie, die Interviewsituation, Datenschutzvorkehrungen, Informationen zur Anonymisierung und Freiwilligkeit informiert werden und gleichzeitig bot dieser Raum die Möglichkeit abzustimmen, welche sensiblen Themeninhalte seitens der Interviewpartner*innen nicht zur Sprache gebracht werden sollten. Basierend auf den Vorgesprächen wurden starke psychische Belastungen und Themen wie Selbstverletzung und Suizidalität in den Interviews individuell nach Absprache mit den Interviewer*innen behandelt. Durch die Abstimmung (z.B. inwiefern nach potentiellen Trigger-Themen gefragt werden durfte, wie Befragte psychische Stresszustände zeigen können und wie in diesem Fall interveniert werden soll) und die supervisorische Vorbereitung konnte die Gefahr verringert werden, dass es zu emotional belastenden Situationen kommt. Interviewte, bei denen der Eindruck entstand, sie seien akut in einer vulnerablen Lebenssituation, erhielten im Nachgang Informationen zu Anlauf- und Beratungsstellen für junge trans Personen per Mail.

Die Interviews wurden je nach persönlichem Wunsch der Teilnehmer*innen entweder an einem ruhigen und neutralen Ort in ihrer Wohnnähe (z.B. Räume von Jugendverbänden und -zentren, Cafés) durchgeführt oder als Online-Interview per Videokonferenz. Die meisten der Teilnehmer*innen wünschten sich ein Online-Interview, mit sechs Personen wurde das Interview analog durchgeführt. Die Interviews dauerten im Schnitt zwischen 60 und 90 Minuten. Zum Abschluss erhielten die Jugendlichen und jungen Erwachsenen als Dankeschön einen Geschenkgutschein. Ebenso hielten die Interviewer*innen Adressen für transspezifische Beratungsangebote und Online-Anlaufstellen für die junge Menschen bereit, um diese Informationen bei Bedarf weiterzugeben.

Vorstellung der Interviewpartner*innen

Die Tabelle 1 auf der nachfolgenden Seite gibt einen Überblick über die Teilnehmer*innen der Studie. Bei den Namen handelt es sich um Pseudonyme. Ebenso wurden alle wichtigen personenbezogenen Merkmale anonymisiert, einige Merkmale stark verallgemeinert oder gänzlich weggelassen, um die Möglichkeit des Rückschlusses auf die betreffenden Personen zu minimieren.

Wie in Tabelle 1 zu sehen ist, berücksichtigt die Studie verschiedene Aspekte der geschlechtlichen Identität, wie trans binäre, nicht-binäre und weitere geschlechtliche Selbstverortungen. Es gelang, ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Personen zu finden, denen bei Geburt ein weibliches bzw. männliches Geschlecht zugewiesen wurde. Dies ist deshalb von Bedeutung, da sich die Lebensrealitäten von je nach Zuweisungsgeschlecht voneinander unterscheiden können. Die vielfältigen Selbstbeschreibungen der Teilnehmer*innen zeigen, dass geschlechtliche Identitäten komplex sind und sich nicht ‚vereindeutigen' lassen. Oftmals werden mehrere Begriffe verwendet, um die eigene Geschlechtsidentität zu beschreiben. Bei den in der Tabelle aufgeführten Begriffen handelt es sich nicht um Fremdzuschreibungen, sondern um die selbstgewählten Begriffe der Interviewpartner*innen.

Tabelle 1: Interviewpartner*innen

Pseudonym	Geschlechtliche Selbstbeschreibung	Zuweisungs-geschlecht bei Geburt weiblich	Zuweisungs-geschlecht bei Geburt männlich	Alter	Wohnort während des Aufwachsens / aktuell	Aktueller Aktivitätsstatus
Annalena	trans Frau		x	26	Kleinstadt	Studium
Birdie	nicht-binär	x		24	Großstadt	Studium
Cal	nicht-binär	x		22	Dorf / Großstadt	Studium
Casim	trans, nicht-binär, queer	x		25	Dorf	arbeitslos
Deniz	nicht-binär, trans, genderfluid	x		21	Großstadt	erwerbstätig
Elika	nicht-binär	x		24	Dorf / Stadt	Studium
Fiona	trans Frau, nicht-binäre Anteile		x	18	Kleinstadt	Schule
Glenn	nicht-binär und inter*	inter*		26	Dorf / Großstadt	Ausbildung
Hanna	transfeminin, nicht-binäre Anteile		x	16	Kleinstadt	Schule
Haru	transmännlich	x		24	Kleinstadt	Schule
Lena	trans Frau, nicht-binäre Anteile		x	19	Kleinstadt	Schule
Lennox	trans, genderqueer	x		17	Dorf	Schule
Leon	trans Mann	x		25	Dorf / Stadt	Studium

Lilly	transfeminin, nicht-binäre Anteile		x	18	Großstadt	Schule
Luca	nicht-binär, transmaskulin, genderfluid	x		24	Dorf / Großstadt	o. A.
Lukas	trans Mann	x		29	Kleinstadt	erwerbstätig
Lysi	trans, nicht-binär, genderfluid	x		22	Kleinstadt	Schule
Maja	transweiblich		x	24	Stadt	Studium
Max	transmaskulin, trans Mann	x		23	Mittelstadt	Studium
Mercury	nicht-binär, transweiblich		x	26	Dorf / Großstadt	Studium
Noel	trans Mann	x		23	Mittelstadt / Großstadt	Ausbildung
Oakley	transfeminin, nicht-binär		x	25	Stadt	Studium
Peppa	trans Frau, transfeminine/nicht-binäre Anteile		x	27	Dorf / Großstadt	arbeitslos
Sophia	trans Frau		x	17	Großstadt	Schule
Toni	nicht-binär		x	28	Dorf / Stadt	erwerbstätig

Trotz intensiver Bemühungen unterliegt auch diese Studie einem bestimmten Bias. Beispielsweise ließ sich nur eine Person für die Studie gewinnen, die inter* und nicht-binär ist. Gleichzeitig verdeutlicht das Interview mit Glenn, dass die Erfahrungen von inter* Jugendlichen und Erwachsenen stark von trans Jugendlichen abweichen können. Um einen exemplarischen Einblick in die Gemeinsamkeiten und Unterschiede zu bieten, fließt das Interview von Glenn als Fallvorstellung in die Ergebnisdarstellung ein (siehe Kap. 4.4).

Ferner zeigt sich bei vielen interviewten jungen Menschen ein hoher Bildungsabschluss, was sicherlich bei der Darstellung der Ergebnisse im Allgemeinen sowie beim Befund zu den differenzierten Reflexionsprozessen zum Thema Transition (siehe Kap. 4.2.1) zu berücksichtigen ist. Ein Großteil der Interviewten besitzt die allgemeine Hochschulreife und befand sich zum Zeitpunkt des Interviews im Studium. Neun Personen besuchten noch die Schule – die meisten das Gymnasium – und acht Personen konnten von ihren aktuellen Erfahrungen in der Schule sprechen. Auch nahmen überwiegend Personen an der Studie teil, die bereits im Großteil ihres sozialen Umfelds ein Coming-out als trans und nicht-binär hatten und zum Zeitpunkt des Interviews sozial gut eingebunden schienen. Ein Teil der interviewten jungen Menschen wünschte sich eine medizinische Transition.

Vielen der interviewten Jugendlichen und jungen Erwachsenen schien es zum Zeitpunkt des Interviews insgesamt und hinsichtlich ihrer geschlechtlichen Identität gut zu gehen, was sicher auch eine Voraussetzung für die Bereitschaft zu einem Interview gewesen sein dürfte. Gleichwohl gab es auch Einzelfälle, die erst vor kurzem einen Suizidversuch hatten, denen es nicht gut ging und die stark belastet waren, was bereits durch die Vorgespräche bekannt war. Im Rahmen der Vorgespräche tauschten sich Interviewer*innen und Interviewte darüber aus, welche Themen potentielle Trigger beinhalten und ausgelassen werden sollten, welche Anzeichen es bei psychischen Stresszuständen geben kann und welche Art von Unterstützung die Interviewten in diesen Momenten hilfreich finden. In gemeinsamer Abstimmung und durch die supervisorische Vorbereitung wurden Methoden gefunden, um starken psychischen Belastungen vorzubeugen oder entgegenzuwirken. Zudem gab es während der Interviews immer die Möglichkeit, Pausen zu machen.

Auswertungsmethode

Das hier zugrunde gelegte Auswertungsverfahren für die durchgeführten Interviews orientiert sich an der Grounded Theory (Breuer u.a. 2019). So wurden im Forschungsprozess Postskripte und ausführliche Fallmemos verfasst. Die Kodierung der Interviews erfolgte nach dem Schema des offenen Kodierens (angewandt auf sechs Interviews) und axialen Kodierens (Sinnzusammenhänge rekonstruieren). Nachdem die ersten Interviews intensiv nach diesem Kodierschema durchgearbeitet wurden, konnte mit Hilfe von MAXQDA ein Codesystem erstellt werden, welches zentrale Kategorien enthielt und als Basis auf andere Interviews übertragen wurde. So ließen sich die restlichen Interviews inhaltsanalytisch auswerten (Kuckartz/Rädiker 2019). Die Kombination dieser zwei Varianten wurde aus forschungsökonomischen Gründen genutzt, um die Datenmenge zu bewältigen.

4 Ergebnisse

4.1 Bewusstsein und Bewusstwerdungsprozesse

Dieses Kapitel behandelt die unterschiedlichen Bewusstwerdungsprozesse junger trans und nicht-binärer Personen. Diese Prozesse umfassen die Entwicklung des Selbstverständnisses in Bezug auf die eigene Geschlechtsidentität, beginnend beim ersten Gedanken daran oder Gespür dafür, nicht cisgeschlechtlich zu sein, bis hin zur Bewusstwerdung darüber, der Suche nach passenden Begriffen und den damit einhergehenden Reflexionen über deren Ausgestaltung. Es wird aufgezeigt, wie stark diese Prozesse variieren und welche zentralen Elemente dennoch als Gemeinsamkeit auffallen (siehe Kap. 4.1.1), was dabei von den Interviewpartner*innen als erschwerend (siehe Kap. 4.1.2) bzw. unterstützend (siehe Kap. 4.1.3) wahrgenommen wird und inwiefern dabei gesellschaftliche Normen seitens der Jugendlichen und jungen Erwachsenen reflektiert werden und sich auch hierüber ein Bewusstsein über geschlechtliche Identität entwickelt (siehe Kap. 4.1.4).

Zu Beginn der Interviews wurden die Teilnehmer*innen gefragt, wie sie ihre eigene Geschlechtsidentität beschreiben würden und welche persönliche Bedeutung diese für sie habe. Zusätzlich wurden sie ermutigt, ihren eigenen Entwicklungsprozess, ihre eigene Geschichte hinsichtlich ihrer geschlechtlichen Selbstfindung nachzuerzählen und darzulegen, an welchem Punkt sie sich in diesem Prozess zum Zeitpunkt des Interviews befinden würden. Dabei wurde deutlich gemacht, dass die Erzählung der Teilnehmer*innen nicht biografisch sein muss und sie anfangen oder aufhören können, wo sie wollen[8].

4.1.1 Zeitpunkte und Verläufe der Bewusstwerdung

Grundsätzlich gibt es in den Interviews sehr starke Unterschiede, zu welchem Zeitpunkt die Interviewpartner*innen zu ihrem Geschlechtsempfinden kamen und über welche möglichen Zugänge, Gespräche, Kontakte und Fragen dies passierte. Selbst was genau ‚zum Geschlechtsempfinden kommen' bedeutet, kann nicht einheitlich beschrieben werden, da es sich hierbei um komplexe und vielschichtige Prozesse handelt, die sich nicht vereinheitlichen lassen. Gleichzeitig lassen sich unterschiedliche **Meilensteine in den verschiedenen Bewusstwerdungsprozessen** erkennen:

- Die interviewten Personen haben zum ersten Mal ein Gefühl dafür, dass sie nicht cis sein könnten,
- sie finden Worte dafür, wie sie sich selbst empfinden,

[8] Mit diesem offenen Einstieg sollte verhindert werden, dass die interviewten Personen in transnormative Erzählungen zurückfallen, die in manchen rechtlichen oder medizinischen Begutachtungsprozessen erwartet werden (siehe Kap. 4.2.4).

- diese Begriffe wandeln sich möglicherweise noch einmal, werden ausdifferenziert, revidiert oder festigen sich und
- die Interviewten reflektieren im weiteren Prozess, was es genau für sie bedeutet, trans bzw. nicht-binär bzw. ihr Label zu sein und setzen sich mit gesellschaftlichen Normen auseinander.

Die Interviewten nennen **unterschiedliche Zeitpunkte der Bewusstwerdung**. In manchen Interviews wird deutlich, dass Jugendliche schon sehr früh – teilweise bereits in der frühen Kindheit – ein klares Gefühl dafür haben, sich nicht mit ihrem bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht zu identifizieren.

> „Also bei mir war's eigentlich schon irgendwie so im Kindergarten, dass ich gerne so männliche Rollen auf jeden Fall übernommen habe, und, genau, mich immer beim Spielen irgendwie [Max] genannt habe."
>
> **Max, trans Mann, 23 Jahre**

> „Ich habe das damals schon in der Grundschule quasi gemerkt, dass ich – jetzt blöd gesagt – lieber ein Mädchen gewesen wäre, damals, und mich auch so gefühlt habe. Die Gründe dafür kann ich gar nicht genau nennen. Es kam einfach so das Gefühl auf."
>
> **Maja, transweiblich, 23 Jahre**

> „Es gibt nicht so richtig einen Anfang oder ein Ende, (...) [ich] wusste halt irgendwie immer, dass ich mich irgendwie nicht so mit einem Frausein oder mit einem – so, ja, also einfach mit dem Frausein an sich identifizierte."
>
> **Deniz, nicht-binär/trans, 21 Jahre**

Andere Jugendliche berichten, dass sie gespürt hätten, „dass etwas nicht so ganz stimmt" (Casim, trans/nicht-binär, 25), es aber aus unterschiedlichen Gründen (siehe Kapitel 4.1.2) für einige Zeit nicht verbalisieren konnten, was genau dieses Gefühl ist.

> „Also in der Retrospektive ist das eigentlich gar nicht so überraschend, dass ich eben sozusagen diesen Schritt gegangen bin. Aber wenn man eben da in dem Moment lebt, man weiß, also zumindest ich wusste leider nicht, was los ist, und das ist ein sehr beklemmendes und ein sehr bedrückendes Gefühl! Weil du weißt, etwas stimmt nicht, aber du kannst es halt an nichts festmachen. Und das geht halt über Jahre so."
>
> **Annalena, trans Frau, 27 Jahre**

Für Jugendliche, die sich noch nie aktiv mit ihrer geschlechtlichen Identität beschäftigt haben, kann der Prozess der Bewusstwerdung sehr unerwartet verlaufen. So berichtet etwa Fiona (trans Frau, 18) davon, wie sie relativ plötzlich für sich festgestellt hat, dass sie sich so, wie sie bis zu dem Zeitpunkt von den meisten Menschen wahrgenommen wurde, nicht wirklich wohl fühlte. Auch Toni (nicht-binär, 28) hat die eigene Geschlechtsidentität ganz lange nicht hinterfragt.

> „Mit dem, also mit dem Thema Identität habe ich mich ganz lange Zeit nicht beschäftigt (...) Und habe dann irgendwann, das war vor sechs Jahren, nee, acht Jahren, so ein bisschen an der Uni, weil's mich so einfach interessiert hat (...) alles, was davor war, ging quasi so unter meinem Radar. Also ich wusste es natürlich, es gibt trans Personen oder auch Leute, die sich irgendwie anders identifizieren, aber da habe ich mich nie so richtig mit beschäftigt."
>
> **Toni, nicht-binär, 28 Jahre**

Neben der Vielfalt an unterschiedlichen Zeitpunkten der Bewusstwerdung zeigt sich in den Interviews auch eine **Vielfalt im Ablauf der Bewusstwerdung**.

> „[Letztes Jahr], da habe ich nicht so viel da drüber, über Geschlecht und so nachgedacht, sondern halt nur halt langsam die Pronomen geändert (...) und zu Anfang dieses Jahres hatte ich mich eher als trans identifiziert, also langsam, und dann auch einen anderen Namen benutzt und so; aber die meiste Zeit davor, keine Ahnung, was hatte ich denn da gemacht? Ich glaub, da habe ich nicht soo viel über mein Geschlecht nachgedacht."
>
> **Hanna, transfeminin, 16 Jahre**

Dabei ist der Ablauf der Bewusstwerdung auch von Unsicherheiten geprägt. Lilly (transfeminin, 18) – genauso wie Hanna (transfeminin, 16) und Deniz (nicht-binär/trans, 21) – identifizierte sich beispielsweise eine Zeit lang als „questioning", also ‚sich fragend', da sie glaubte, dass sie sich zu „hundert Prozent sicher sein müsse, um in irgendeiner Weise behaupten zu können, dass sie sicher ist".

Die Interviews legen außerdem nahe, dass der Identifikation als trans eine Phase vorangehen kann, in der sich die Jugendlichen als schwul, lesbisch oder bisexuell begreifen. Diese Kategorien stellen einen bedeutsamen Bezugspunkt für einen Zwischenschritt im Prozess des Coming-outs dar, selbst bei nahestehenden Personen.

> „Und durch meinen damaligen besten Freund habe ich dann gelernt, ich kann so sein, wie ich bin, und auftreten, wie ich bin. Und habe mich dann erst mal als lesbisch geoutet."
>
> **Noel, trans Mann, 23 Jahre**

> „Ich habe mich dann irgendwann auch bei meinen Eltern als schwul geoutet, weil ich halt dachte, das wird wohl das Logischste sein."
>
> **Annalena, trans Frau, 27 Jahre**

Die sexuelle Identifikation kann auch nach einem trans Coming-out beständig bleiben, in den genannten Beispielen waren die Coming-outs als schwul oder lesbisch ein erster Versuch, sich die eigene geschlechtliche Nonkonformität zu erklären. Andere Teilnehmende sprachen in den Interviews davon, zunächst eine binäre trans und dann eine nicht-binäre Geschlechtsidentität für sich zu verwenden oder umgekehrt.

> „Ganz am Anfang irgendwie mit 16 oder so mich auch, dachte ich auch erst mal, dass ich nicht-binär agender bin, das waren so auch Begriffe, die mir dann irgendwie schnell begegnet waren."
>
> **Max, trans Mann, 23 Jahre**

„Habe dann aber erst gedacht, dass ich trans-männlich bin, habe auch die Transition in der Richtung gemacht, also auch OPs, Hormone; genau. Und habe jetzt vor einem Jahr nicht-binär für mich entdeckt, und dass das existiert, und dass ich das bin."

Lysi, trans/nicht-binär/genderfluid, 22 Jahre

Die Unterschiedlichkeit der Verläufe des Bewusstwerdungsprozesses spiegelt sich in einer **Vielfalt an Selbstzuschreibungen** wider. Wie in der Vorstellung der Interviewteilnehmenden (siehe Kap. 3, S. 21f.) zu erkennen ist, identifizieren sich einige der Interviewten als binär trans (trans männlich, trans weiblich, trans Junge/Mann, trans Mädchen/Frau). Manche von ihnen beschreiben allerdings auch nicht-binäre Anteile in sich und ordnen sich nicht zu 100 Prozent dem männlichen oder dem weiblichen Spektrum zu.

„[Ich bin geoutet] immer als einfach binär trans. Auch wenn das rein vom Gefühl her nicht unbedingt das hundert Prozent, aber es ist das, was am einfachsten ist noch zu erklären für die meisten. (...) der kleinere nicht-binäre Teil in mir, in Anführungszeichen, halt dann für den Großteil der Zeit eine relativ irrelevante Rolle, sag ich mal, spielt."

Fiona, trans Frau, 18 Jahre

„also ja, ich bin Transmann, transmännlich; ich würde mich aber nie zu hundert Prozent in dem Gesellschaftsbild ‚Mann' sehen, wie es in Deutschland oder an sich in der Welt so üblich ist."

Haru, transmännlich, 24 Jahre

Auch zwischen den sich als nicht-binär identifizierenden Interviewten gibt es Unterschiede. Manche identifizieren sich als rein nicht-binär oder haben andere Begriffe dafür (agender, genderqueer), andere beschreiben sich als genderfluid, also eine Geschlechtsidentität, die sich zu unterschiedlichen Zeiten und in unterschiedlichen Settings jeweils anders anfühlen kann und sich wandelt.

„Geschlecht ist mir nicht wichtig, Geschlecht ist mir in dem Sinne nicht wichtig, dass ich irgendwas daraus ziehe, was ich oder was andere Menschen für ein Geschlecht haben, weil am Ende des Tages halt Menschen Menschen sind (...) Das ist für mich nichts, was irgendeine Form von Relevanz hat."

Birdie, nicht-binär, 24 Jahre

„Und gerade so was wie genderfluid und genderqueer und so was sind für mich einfach Begriffe, die das, die für mich das irgendwie relativ so allumfassend beschreiben, dass für mich mein Geschlecht nicht (...) eine spezifische Sache sind, sondern eher so ein buntes Ding, das so ein bisschen, je nachdem wie man's ins Licht hält, anders aussieht."

Luca, nicht-binär/transmaskulin/genderfluid, 24 Jahre

Insgesamt zeigt sich, dass die Identifikationsprozesse bei trans und nicht-binären Jugendlichen sehr unterschiedlich ablaufen und nicht generalisierbar sind. Für die jungen Menschen selbst scheint es ein individueller Prozess zu sein, der dadurch geprägt ist, einerseits nach Worten dafür zu suchen, die die eigenen Gefühle der Nicht-Zugehörigkeit beschreiben, und andererseits diesen Teil des Selbst dann auch zu akzeptieren.

4.1.2 Hürden im Bewusstwerdungsprozess

Für die meisten der Interviewten sind binäre Cisgeschlechtermodelle mit ihren zugehörigen vergeschlechtlichten Erwartungen an Frauen und Männer die einzige Realität, die sie kennen. Zentrale Hürden, die in den Interviews deutlich sichtbar werden, sind daher das **Fehlen von Aufklärung, Sichtbarkeit und Vorbildern** – nicht nur, aber vor allem auch für die nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen, deren Identität im binären Geschlechtersystem zunächst einmal nicht vorgesehen ist.

> „Ich wusste es halt nicht anders. Und ich wusste nicht mal, dass es diesen Begriff gibt. Ich habe es mir halt immer gewünscht. Aber ich hatte halt nie ein konkretes Beispiel vor Augen oder den Begriff vor Augen, dass ich eben wusste, okay, das ist halt wirklich etwas, das ist eine Lebensrealität, die man eben auch für sich selbst wählen kann und haben kann, wenn man eben sozusagen trans ist. Und das wusste ich eben lange Zeit nicht."
>
> **Annalena, trans Frau, 27 Jahre**

> „Also gerade so Non-Binarität; und es war schon auch irgendwie schwierig für mich, das anzunehmen, weil man gesellschaftlich so damit aufwächst mit diesen Normen. Also es gibt halt männlich und weiblich, und ich zumindest habe in meiner Jugend nicht gelernt, dass es auch was Anderes gibt. Oder in meiner Kindheit."
>
> **Casim, trans/nicht-binär, 25 Jahre**

Die Abwesenheit von umfassender **Aufklärung und Sensibilisierung in Schulen** ist ebenso eine bedeutende Hürde auf dem Weg zur Selbstidentifikation und zur Akzeptanz der eigenen Geschlechtsidentität. Die meisten der interviewten Personen berichten, dass die Themen Geschlechtsidentität und -diversität in ihrer Schulzeit nicht angemessen behandelt oder gar ignoriert wurden. Dies führte dazu, dass die Interviewten keine Möglichkeit hatten, ihre eigenen Empfindungen und Identitäten zu verstehen oder mit anderen in einem schulischen Kontext darüber zu sprechen. Als Resultat glaubten die Interviewten, mit ihren Erfahrungen allein zu sein, was wiederum den Prozess der Bewusstwerdung und Akzeptanz ihrer Geschlechtsidentität erheblich erschwerte.

Auch über den Schulkontext hinaus besteht eine der grundlegenden Herausforderungen der jungen trans und nicht-binären Menschen darin, keine Menschen im Umfeld zu haben, mit denen offen über das Reflektieren der eigenen Geschlechtsidentität gesprochen werden kann. Die Jugendlichen und jungen Erwachsenen berichten wiederholt davon, sich in diesem Prozess alleingelassen gefühlt und das Bedürfnis nach Orten und Menschen gehabt zu haben, an welchen und mit denen sie sich sicher, verstanden und angenommen fühlen. Diese Situation resultierte für viele in einem **Gefühl der Isolation** und einer Zurückhaltung vor Coming-outs. Haru (transmännlich, 24) verdeutlicht diese Erfahrung, indem er betont, dass es außerhalb seiner Familie niemanden gab, mit dem Haru über persönliche Angelegenheiten sprechen konnte. In Harus Stadt gibt es keine Orte, an denen sich queere Personen wohl fühlen könnten, geschweige denn einen Ort, den sie als ihren „Safe Space" bezeichnen und an dem sie sich mit anderen austauschen könnten.

Ein weiteres Hindernis bei der Entwicklung einer eigenen positiv besetzten Geschlechtsidentität kann es sein, schon **sehr früh Ablehnung zu erfahren oder Zeug*in davon zu werden** und diese dadurch zu internalisieren. Haru (transmännlich, 24) und Noel (trans Mann, 23) erlebten beispielsweise schon früh, dass „Andersartigkeit" von ihren Eltern nicht akzeptiert wird: Harus Bruder musste die Familie nach seinem Coming-out als schwul verlassen, Noels Vater bezeichnete Identifikationsweisen, die nicht der Cis-Heteronorm entsprechen, als „krank". Sowohl bei Haru als auch bei Noel führte dies dazu, dass sie sich vorerst nicht mit ihrer eigenen „Andersartigkeit" auseinandersetzten.

Auch äußere Umstände, wie das Aufwachsen in ländlichen Gebieten, in denen queere Präsenz gering ist oder in denen queere Lebensweisen grundsätzlich abgelehnt werden, können den Zugang zu einem positiven Selbstbild erschweren.

> „Ich bin in so einem megakleinen Dorf unter 500 Einwohner*innen aufgewachsen. Und da hatte aber auch, und das habe ich erst vor ein paar Jahren gecheckt, hat auch eine trans Frau gelebt! Aber, ja, es war ein sehr reaktionäres Dorf, und die Person hat sehr viel abbekommen. (...) Meine Mutter zum Beispiel hat die Person dann auch einfach irgendwie als ‚komisch' so bezeichnet. Und das war eigentlich alles so. Und ich so als kleines [Mercury] hatte einfach keinen Plan von irgendwas, und war dann so: ‚Ha. Wieso ist die Person komisch?' – ‚Hm. Die ist halt komisch.'"
>
> **Mercury, nicht-binär/transfeminin, 26 Jahre**

> „Und ich bin dann auf dem Dorf groß geworden. Das heißt, die Wege, wie ich damals unter die Menschen gekommen bin, waren dann über diverse Hobbys, über Musik, über ähm – den [Abkürzung] dort – [Jugendverband]. (...) es war für mich auch eine Möglichkeit, Nähe und Kontakt zu erfahren und mich kreativ auszuleben, aber halt auch trotzdem eine sehr von klassischen Rollenbildern geprägte Instanz. Genau. Also so mit Buben- und Mädels-Jungschar und Pfingstfreizeiten, wo man quasi so pfadfinderisches Zeug macht; da habe ich viel geleitet, da habe ich viel gelitten, da habe ich viel gelernt. Es hat definitiv nicht zu meiner queeren Entfaltung beigetragen, sagen wir so."
>
> **Peppa, trans Frau, 27 Jahre**

Aus den Interviews geht insgesamt hervor, dass die Bewusstwerdungsprozesse von trans und nicht-binären Personen von zahlreichen Hürden und Widerständen begleitet werden. Dazu zählen aus Sicht der Interviewten die Omnipräsenz der heteronormativen Zweigeschlechterordnung, fehlende Aufklärung an Schulen, die fehlende Möglichkeit, sich anderen gegenüber in einem geschützten Rahmen zu öffnen, sowie die mittelbare oder unmittelbare Erfahrung von Ablehnung oder auch das Aufwachsen in ländlichen Räumen.

4.1.3 Unterstützende Faktoren im Bewusstwerdungsprozess

Neben den Hürden berichten die Jugendlichen und jungen Erwachsenen auch von verschiedenen unterstützenden Aspekte, die ihnen in den zahlreichen Bewusstwerdungsprozessen auch halfen, eine positive, akzeptierende und weniger schambehaftete Identität zu finden. Dazu gehören das Vorhandensein von Vorbildern, der Austausch mit anderen queeren Personen sowie die Erfahrung von Unterstützung durch

das soziale Umfeld. Diese Aspekte spielen eine entscheidende Rolle bei der Stärkung des Selbstbewusstseins und der Selbstannahme.

Während die starke Unsichtbarkeit sowie fehlende Vorbilder zu einer erschwerten Bewusstwerdung führen, kann das **Finden von Vorbildern** eine große Hilfe darstellen. Medien, sei es im Fernsehen, auf Social Media Plattformen oder in Büchern, in denen trans und nicht-binäre Perspektiven vorkommen, können zum Bewusstwerdungsprozess beitragen. Die **mediale Repräsentation** macht die Lebensrealitäten von trans und nicht-binären Jugendlichen sichtbar und verdeutlicht den jungen Menschen, dass es möglich ist, eine trans oder nicht-binäre Identität zu leben.

> „Erst mit 15 habe ich dann diese Reportage gesehen, lag dann da, hatte so mein inneres Coming-out, und war so: Ich bin das. Ganz sicher so. Und habe mich erst mal so superkrass auch gefreut, dass da irgendwie jetzt so ein Begriff ist, mit dem ich mich identifizieren kann, dass da irgendwie so ein Vorbild irgendwie für mich auch da war, so: Hey, der ist seinen Weg gegangen, und ich kann das auch machen."
>
> **Max, trans Mann, 23 Jahre**

> „'Ich bin Linus' hat [mich] noch mal auf eine ganz andere Weise gepackt. Ich habe in den ersten, auf den ersten Seiten mich schon so krass wiedergefunden (...) Und als ich dann auch mal in einer Fünf-Minuten-Pause, (...) das Buch aufgeschlagen habe, zwei Sätze gelesen habe und wieder Tränen in den Augen hatte, dachte ich: Da muss irgendwas dran sein."
>
> **Peppa, trans Frau, 27 Jahre**

Ein weiterer entscheidender Aspekt, der die Bewusstwerdungsprozesse erleichtert, ist das **Vorhandensein eines akzeptierenden, unterstützenden sozialen Umfelds**, in dem queere Themen normalisiert sind.

> „Meine Mutter ist relativ, also ich würde sie so linksliberal oder irgendwie mehr oder weniger links einordnen, und wenn ich sie zu Trans-Themen gefragt habe, hat sie da auch eigentlich relativ positive Sachen, also nichts Negatives oder Transphobes oder so gesagt."
>
> **Hanna, transfeminin, 16 Jahre**

> „Also ich bin jetzt nicht sozusagen offiziell out in der Schule, und also auch nicht irgendwie auf den Dokumenten oder so was, aber eine Menge Leute in meiner Stufe wissen es, und eben, wie gesagt, ein Lehrer; weil ich halt von dem aus dem Unterricht wusste, dass der dann auch kein Problem haben würde."
>
> **Lennox, trans/genderqueer, 18 Jahre**

Die herausgearbeiteten unterstützenden Faktoren spielen eine zentrale Rolle dabei, dass die Interviewten ihre Geschlechtsidentitäten besser verstehen, akzeptieren und sich schließlich selbstbewusst als trans oder nicht-binäre Personen identifizieren können. Sie helfen ihnen, ihre eigene Identität zu erkunden und ermöglichen es, selbstbewusst und authentisch zu leben sowie die eigenen Bedürfnisse und Unterstützungsbedarfe besser zu verstehen.

4.1.4 Reflexion von Geschlechternormen und Aushandlung der eigenen Identität

Jugendliche und junge Erwachsene setzen sich ins Verhältnis zu gesellschaftlichen Normen und Rollen. Dies umfasst eine Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen Verhältnissen in einem Spannungsfeld von subjektiven Freiräumen und sozialen Zugehörigkeiten. Hierzu zählen auch die nach wie vor gesellschaftlich verankerte Heteronormativität und die daraus resultierenden Geschlechterrollen und -stereotypen. So dienen **geschlechtsspezifische Rollenerwartungen** grundsätzlich und auch für trans und nicht-binäre Jugendliche als Orientierungsrahmen, von dem sich Betroffene Schutz und Sicherheit erhoffen, um nicht als trans erkannt zu werden. So hat sich beispielsweise Max (trans Mann, 23) lange mit der Frage auseinandergesetzt, wie er sich männlich verhalten kann, um „ein Passing zu haben, um männlich gelesen zu werden". Auch Maja (transweiblich, 24) macht diese Erfahrung bei anderen trans Personen, reflektiert aber für sich selbst anders; sie möchte als trans Frau anerkannt werden unabhängig von ihrer äußerlichen Erscheinung. Birdie (nicht-binär, 24) möchte sich grundsätzlich von den binären Geschlechternormen und entsprechenden Vorstellungen spezifischer Geschlechterpräsentationen abgrenzen.

> „Also ich kenne einige Leute oder einige transfeminine Personen, die sich sehr dem weiblichen Klischee angleichen möchten, also auch vor allem durch Kleidung, oder auch irgendwelche Schönheitsideale, -ideale haben und denen nacheifern (...) Und das ist ja auch okay, wenn sie selber damit glücklich ist. Aber ich, für mich selber, ich möchte einfach so genommen werden, wie ich eben bin, egal was ich jetzt für eine Kleidung trage oder wie groß jetzt meine Brust ist oder sonst irgendwas."
>
> **Maja, transweiblich, 24 Jahre**

> „Geschlecht ist mir in dem Sinne nicht wichtig, dass ich irgendwas daraus ziehe, was ich oder was andere Menschen für ein Geschlecht haben, weil am Ende des Tages halt Menschen Menschen sind, und da sehe ich mich nicht so: ‚Oh, diese Person ist ein Junge, also verhält die sich so', oder: ‚Diese Person ist ein Mädchen, also verhält die sich soundso.'"
>
> **Birdie, nicht-binär, 24 Jahre**

Lukas (trans Mann, 29) berichtet davon, dass er online immer wieder auf Aussagen stieß, dass trans Männer nur trans seien, weil sie aufgrund von Sexismus und dem Patriarchat keine Frau sein wollten. Daraufhin stellt er sich intensiv die Frage inwiefern das auf ihn zutreffen könnte und kommt zu dem Entschluss, dass „Frauen zwar auch Benachteiligung von Frauen schlecht finden, aber es trotzdem irgendwie nicht so schlimm und komisch finden, eine Frau zu sein". Auch für Deniz (nicht-binär/trans, 21) war die Auseinandersetzung mit dem Patriarchat und hegemonialer Männlichkeit ein wichtiger Prozess in der Aushandlung der eigenen Geschlechtsidentität. Deniz ist transmaskulin und möchte aber „auf keinen Fall cis-männlich gelesen werden (...) [und] den Raum nicht unsicher für irgendwen machen".

Trans und nicht-binäre Jugendliche sehen sich mit dem Druck konfrontiert, bestimmten **Normen von Trans-Sein** entsprechen zu müssen, die erfüllt sein müs-

sen, um sich als trans identifizieren zu dürfen.[9] Dies macht sich schon im Bewusstwerdungsprozess bemerkbar und macht es für die jungen Menschen teilweise schwer, sich selbst als trans zu begreifen, wenn sie nicht dieser Norm entsprechen.

> „Und ich habe halt immer wieder so dieses eine Bild davon im Kopf gehabt, wie Transsein auszusehen hat irgendwie zu dem Zeitpunkt, weil ich halt dann mittlerweile mehr Berührungspunkte hatte; aber halt immer noch sehr dieses gesellschaftliche Bild von Menschen, die irgendwie Geschlechtsdysphorie haben, die extrem leiden, die unbedingt alle OPs machen wollen und alle Hormontherapien und so was, und damit konnte ich mich halt nicht identifizieren."
>
> **Luca, nicht-binär/transmaskulin/genderfluid, 24 Jahre**

Noel (trans Mann, 23) berichtet, er „kriege es immer mehr mit, dass viele in der trans Community andere trans Personen dazu drängen: ‚Wenn du das nicht machst, bist du nicht trans. Wenn du dies nicht machst, bist du nicht trans.'". Birdie (nicht-binär, 24) beschreibt dies auch als Transmedikalismus.

> „So Transmedikalismus, in die Richtung. Das ist natürlich auch nicht unbedingt selten (...) Weil das ist halt so, dass es äh binäre trans Menschen gibt, die sagen: Es gibt trans Menschen, es gibt trans Menschen im Sinne von, dass es Männer und Frauen gibt, und äh man ist auch nur trans, wenn man eine gesamt komplette volle medizinische Transition durchzieht. (...) Und nicht-binäre Menschen gibt es nicht."
>
> **Birdie, nicht-binär, 24 Jahre**

In der Jugendgruppe, die Deniz (trans/nicht-binär, 19) leitet, macht er andere Erfahrungen und berichtet sehr positiv darüber, wie dort Trans-Sein mittlerweile verhandelt wird.

> „Also ich glaube, einem wird das Trans-Sein total abgesprochen, wenn man keinen typischen Transitioning Process irgendwie durchmacht – nicht von der trans Community, sondern einfach so generell von außen, und ich glaube, dass das irgendwie voll wichtig ist für vor allem junge Leute, zu wissen, dass sie keine Entscheidung sofort treffen müssen irgendwie. Sondern einfach gucken können, wie sie sich mit was wohlfühlen. Und vielleicht dieses Vorurteil von trans: ‚Leute fühlen sich immer unwohl in ihrem Körper', stimmt halt gar nicht! Und das kann variieren, das kann mal so sein, mal so sein; manche trans Leute fühlen sich total wohl in ihrem Körper, manche halt überhaupt nicht! Und ich glaube, ja, das, das find ich so cool in meiner Jugendgruppe."
>
> **Deniz, trans/nicht-binär, 19 Jahre**

Auch nicht-binäre Personen sehen sich mit dem Erwartungsdruck von außen konfrontiert, **ein bestimmtes Bild von Nicht-Binarität** erfüllen zu müssen. In diesem Fall scheint ein androgynes Erscheinungsbild eher dazu beizutragen, als nicht-binär

[9] In einzelnen Interviews wird an dieser Stelle auf stereotype mediale Darstellungen von trans Personen verwiesen (in bspw. Dokumentarfilmen), oder auf das Konzept von Trans als ein „geboren im falschen Körper" (vgl. Hoenes 2007). Die Zitate verdeutlichen auch den Prozess der eigenen Identitätsentwicklung, wobei die inneren Aushandlungsprozesse viel komplexer und weniger eindeutig sind als es das medizinische und öffentliche Bild suggeriert.

anerkannt zu werden. Birdie (nicht-binär, 22) beschreibt, dass es lange Zeit schwierig war, sich als nicht-binär zu identifizieren, da das gesellschaftliche Bild von trans Personen häufig mit Geschlechtsdysphorie und dem Wunsch nach medizinischen Transitionen verbunden wird.

> „Ich meine es ist halt so blöd, weil man identifiziert sich als nicht-binär außerhalb des binären Geschlechterspektrums, und trotzdem kriegt man wieder eine Geschlechterrolle aufgedrückt so, ne? Ich fühle mich halt schon manchmal so, als ob ich halt performen muss praktisch so, damit die Leute mich so sehen und akzeptieren, wie ich halt weiß, dass ich innerlich sowieso bin! Also ich hab halt das Gefühl, dass es für Leute drastisch leichter zu akzeptieren wäre, dass ich nicht-binär bin, wenn ich zum Beispiel ein androgyneres Aussehen anstreben würde."
>
> **Birdie, nicht-binär, 22 Jahre**

Der allgegenwärtige Druck, sich mit Geschlechterrollen auseinandersetzen zu müssen, sich ständig zu hinterfragen und einem bestimmten Bild zu entsprechen, wird in den Erzählungen an einigen Stellen als **„Trans-Impostersyndrom[10]"** beschrieben.

> „Ich weiß nicht, das ist so ein bisschen dieses ‚Trans-Impostersyndrom', ne? (...) Bei mir selbst bin aber irgendwie total selbstkritisch und so: Ja, bin ich wirklich nicht-binär? Und ich laufe ja rum wie eine Frau, Blablabla. Ne? So. Immer diese kleine Stimme im Kopf, die sagt so: ‚Hm, du lügst, du lügst.'"
>
> **Birdie, nicht-binär, 22 Jahre**

Die Interviewten stellen in Frage, ob sie trans, männlich, weiblich oder nicht-binär „genug" sind. Gesellschaftliche Normen und Zwänge führen dazu, dass Betroffene sich permanent hinterfragen, rechtfertigen und beweisen müssen. Sie fühlen sich, als würden sie auf einem ständigen Prüfstand stehen und ihre Geschlechtsidentität validieren und sich rechtfertigen müssen. Dieses Syndrom kann zu erheblichem emotionalen Stress führen und die Fähigkeit beeinträchtigen, eine authentische und glückliche Identität zu entwickeln.

> „Ich dachte irgendwie, als non-binär bin ich irgendwie nicht trans genug quasi."
>
> **Oakley, transfeminin, 25 Jahre**

> „Dass ich einerseits, also das selbst verinnerlicht habe, (...) was die Gesellschaft erwartet oder denkt, das habe ich natürlich, ich lebe ja auch in dieser Gesellschaft, was ich da auch verinnerlicht habe teilweise, dass ich dann auch das Gefühl habe, wie kann ich, ich sag jetzt mal, anmaßen, mich da hinzustellen und sagen: Hier, ich bin aber ein Mann."
>
> **Lukas, trans Mann, 29 Jahre**

Die Bewusstwerdungsprozesse der Interviewten sind insgesamt geprägt von einer intensiven Reflexion über Geschlecht und Identität. Dabei reflektieren die Betroffe-

[10] Das Trans Impostersyndrom bezieht sich auf das Phänomen, bei dem trans Personen, trotz ihrer tatsächlichen Zugehörigkeit, das Gefühl oder die Angst haben, als ‚Betrüger*in' oder ‚Schwindler*in' wahrgenommen zu werden und nicht wirklich trans zu sein.

nen nicht nur ihre eigene Geschlechtsidentität, sondern stehen auch vor der Herausforderung, bestehende Geschlechternormen und die binäre Vorstellung von Geschlecht in der Gesellschaft in Frage zu stellen und sich dazu ins Verhältnis zu setzen. Darüber hinaus geben auch bestehende Normen in trans und nicht-binären Communitys Anlass zur Reflexion und Auseinandersetzung im Sinne einer Selbstpositionierung. Damit können psychischen Belastungen verbunden sein, die sich wiederum auf den Alltag der jungen Menschen auswirken können (siehe Kap. 4.3).

4.2 Transition – Reflexionen, Wünsche, Erfahrungen

In der öffentlichen Wahrnehmung sind trans Personen und körperliche Transition oft verknüpft: Nicht zuletzt durch ein stark medizinisch und pathologisch geprägtes Bild von Trans-Sein entsteht die normative Vorstellung, trans Personen müssten in all ihren Facetten transitionieren und komplett und dauerhaft Körper, Geschlechterpräsentation, Geschlechterrollen des jeweils anderen binären Geschlechts annehmen, um tatsächlich trans zu sein (Faye 2022). Zu sehen ist dies an den noch geltenden ICD-10 Kriterien der WHO, in denen Transsexualismus unter den psychischen Erkrankungen, genauer gesagt unter den Störungen der Geschlechtsidentität, gelistet ist und folgendermaßen beschrieben wird:

„Der Wunsch, als Angehöriger des anderen Geschlechtes zu leben und anerkannt zu werden. Dieser geht meist mit Unbehagen oder dem Gefühl der Nichtzugehörigkeit zum eigenen anatomischen Geschlecht einher. Es besteht der Wunsch nach chirurgischer und hormoneller Behandlung, um den eigenen Körper dem bevorzugten Geschlecht soweit wie möglich anzugleichen“ (Bundesamt für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) 2020).

Mit der Neuauflage und der Erscheinung des neuen ICD-11 wird sich dies verändern[11], bislang ist allerdings noch die normative, binäre Vorstellung davon, was es bedeutet, trans zu sein, präsent. Zu sehen ist dies auch daran, dass das Transsexuellengesetz (TSG) lange Zeit vorsah, dass trans Personen sich einer genitalangleichenden, sterilisierenden Operation unterziehen mussten, um eine rechtliche Vornamens- und Personenstandsänderung bewilligt zu bekommen. Dies wurde 2011 vom Bundesverfassungsgericht als verfassungswidrig erklärt.[12]

Neben dem medizinischen und pathologischen Blick auf Transition können Transitionsprozesse auch viele verschiedene Prozesse beschreiben, die trans Personen durchlaufen (wollen), um sich selbst in ihrer Identität, in ihrem Körper oder auch in ihrer gesellschaftlichen und öffentlichen Wahrnehmung wohler zu fühlen. Dies

[11] Erschienen und in Kraft getreten ist die Neuauflage seitens der WHO bereits 2022, aktuell (Mai 2024) ist die deutsche Fassung des Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) erst in der Entwurfsfassung verfügbar, außerdem gibt es eine fünfjährige Übergangsfrist, bis nur noch der ICD-11 Katalog benutzt werden darf.

[12] Seit dem Inkrafttreten des Transsexuellengesetz in 1981 wurden mehrere Punkte seitens des BVerfG gekippt (für eine Übersicht vgl. Adamietz 2011).

läuft dabei sehr individuell und prozesshaft ab, nicht alle trans Personen wünschen sich dieselben Transitionsprozesse und können sich dennoch als trans beschreiben.

In und vor den Interviews wurde mit den Teilnehmenden sehr sensibel über dieses Thema gesprochen. Für das vorliegende Projekt war es ein zentrales Anliegen, nicht den Anschein zu erwecken, Personen bräuchten einen Transitionswunsch, um tatsächlich trans zu sein. Dafür wurde dies ausdrücklich so in der Ausschreibung formuliert und Interviewfragen offen gestellt. Die interviewten Personen sprachen allerdings von sich aus oft über verschiedene Transitionsschritte und/oder -überlegungen.

Dabei kann zwischen verschiedenen Arten zu transitionieren unterschieden werden: medizinisch-körperlich eingreifende Maßnahmen wie beispielsweise Hormontherapien oder chirurgische Eingriffe, rechtliche Schritte wie die Änderungen von Vornamen und Geschlechtseintrag[13] sowie soziale Transitionsprozesse. Unter sozialer Transition werden Änderungen verstanden, um im Außen anders wahrgenommen zu werden. Dies beinhaltet die Verwendung anderer Pronomen oder eines anderen Namens (auch schon vor oder ohne rechtliche Änderung) sowie das Nutzen von Geschlechterpräsentation (Kleidung, Frisur, Geschlechterrollen, etc.), um eine andere Außenwirkung zu erzielen (Fischer u.a. 2022).

Die Erzählungen der Interviewten zu diesen verschiedenen Transitionsprozessen sind sehr vielschichtig und es können nur ausgewählte Ergebnisse präsentiert werden. Es wird dargestellt, welche Reflexionen Teil der Transitionsentscheidungen sind (siehe Kap. 4.2.1) und welche Erfahrungen die interviewten Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit sozialen (siehe Kap. 4.2.2), rechtlichen (siehe Kap. 4.2.3) sowie medizinischen Transitionsschritten (siehe Kap. 4.2.4) machen. Außerdem werden die Strategien der jungen Menschen beschrieben, um eine Art ‚Geschlechtseuphorie' zu erlangen und den eigenen trans Körper abseits von Pathologie erleben zu können (siehe Kap. 4.2.5).

4.2.1 Reflexionen und Wünsche zu Transitionen

Entscheidungsprozesse für oder gegen bestimmte Transitionsschritte variieren je nach Art der Transition erheblich und erfordern ein Bewusstsein über das eigene Körpergefühl sowie persönliche Bedürfnisse und Wünsche. Die Erzählungen der trans und nicht-binären Interviewpartner*innen zeigen, dass den individuellen Entscheidungen oft tiefgreifende Reflexions- und Aushandlungsprozesse vorausgehen.

Ein erster Anstoß für diese Reflexionsprozesse kann die Existenz von **Geschlechtsdysphorie** sein. Maja (transweiblich, 24) spricht beispielsweise davon,

[13] In Deutschland ist zum Zeitpunkt der Interviews noch das Transsexuellengesetz (TSG) gültig, teilweise gingen die interviewten Personen auch den Weg über das Personenstandsgesetz, welches zunächst inter* Personen – genauer gesagt Menschen mit einer Varianz der Geschlechtsentwicklung – vorbehalten ist.

dass für Maja in der Pubertät das Gefühl der Geschlechtsdysphorie wesentlich stärker wurde und die Entwicklung der männlichen Geschlechtsmerkmale (z.B. Bartwuchs, Veränderung des Körperbaus) ein sehr starkes emotionales Leiden auslösten. Die Geschlechtsdysphorie kann von einer Vielzahl von Gefühlen begleitet sein, darunter Frustration, Unbehagen, Unsicherheit und Traurigkeit. Erst durch diesen Leidensdruck entsteht für einige Personen überhaupt die Notwendigkeit einer medizinischen Transition. Sie drückt aber zunehmend nicht nur den Wunsch nach einer körperlichen, sondern auch nach einer sozialen Veränderung aus, um die eigene wahre Identität widerzuspiegeln.

> „Für mich ist es viel das Soziale. Also der soziale Teil der Transition. Nicht so wirklich der medizinische Teil der Transition. Weil für mich geht's darum, wie Leute mich ansprechen. Für mich geht's darum, wie Leute mich auch sehen. Für mich ist es zum Beispiel so, ich möchte nicht als Frau angesprochen werden."
>
> **Birdie, nicht-binär, 22 Jahre**

Reflexionen zu Transitionsschritten können sich auch über einen längeren Zeitraum ziehen. Einige der Befragten berichten, dass sie sich über mehrere Monate bis Jahre – teilweise auch mit Unterstützung von psychologischen Fachkräften – mit den eigenen Dysphorien und Auswirkungen, aber auch mit gesellschaftlichen Vorstellungen von Trans-Sein, auseinandersetzten bis sie zur Entscheidung über den eigenen Transitionsprozess kamen. Auch dieser Prozess erfolgt zum Teil schrittweise.

> „Ich möchte mit der Hormontherapie beginnen, dann gucke ich erst mal, wie wohl fühle ich mich in der Hormontherapie? Dann möchte ich die Mastek[14] machen, dann gucken wir, wie's da aussieht, und so weiter."
>
> **Haru, transmännlich, 24 Jahre**

> „Also ich habe da sehr lange darüber nachgedacht, weil es für mich megawichtig war zu wissen, ob ich das für mich mache, oder weil das gesellschaftlich vorgegeben wird. Und ich halt nicht nur Hormone zum Beispiel nehmen wollte, damit andere Leute mich anders wahrnehmen, sondern weil ich möchte, dass mein Körper dem entspricht, wie ich mir vorstelle, wie er halt ist."
>
> **Luca, nicht-binär/transmaskulin/genderfluid, 24 Jahre**

Die Interviews zeigten, dass es in den Reflexionsprozessen der Jugendlichen und jungen Erwachsenen auch oft darum geht, ob Hormontherapie oder geschlechtsangleichende Operationen die richtige Wahl für sie sind und mit welchen **Auswirkungen, Nebenwirkungen, Ausmaßen und Risiken** diese einhergehen würden.

> „Ich habe über das Thema Hormontherapie nachgedacht; (...) aber die Nebenwirkungen halten mich so ein bisschen davon ab. (...) Ich habe Angst, dass wenn ich jetzt mit Hormonen anfangen würde oder Hormone einnehmen würde, und ich in so eine Art zweite Pubertät kommen würde, dass das alles für mich so ein bisschen zusammenbricht. Und ich dann nicht mehr so richtig hinterherkomme."
>
> **Toni, nicht-binär, 27 Jahre**

[14] Mastektomie – Entfernung von Brustgewebe.

„Und, genau, beim [Penoid-]Aufbau[15] war's so ein bisschen hin und her, aber wenn ich mich dann doch viel damit beschäftigt habe, habe ich schon auch gemerkt, dass da so ein Wunsch auf jeden Fall da ist; aber halt viel Angst. Dass das irgendwie nicht so gut läuft, dass ich viel Komplikationen habe, dass es eine lange Zeit meines Lebens irgendwie in Anspruch nimmt, irgendwie zwei Jahre oder so, die ich einplanen muss, wo ich regelmäßig immer wieder eine OP habe, und so. (...) Aber das ist für mich eine große Aushandlung, und auch da weiß ich nicht, weiß ich noch nicht, wie viele Schritte ich da irgendwie noch gehen werde. Weil ich natürlich auch jederzeit irgendwie dann doch auch sagen kann: Okay, ich mache jetzt nicht irgendwie weiter."

Max, trans Mann, 23 Jahre

Auch bereits gemachte, **negative Erfahrungen im Gesundheitssystem** können Transitionsentscheidungen beeinflussen. Lennox (trans/genderqueer, 17), ein Jugendlicher mit Behinderung, spricht davon, „im Zuge der Diagnoseverfahren da paar ziemlich miese Erfahrungen mit dem Gesundheitssystem und so" gemacht zu haben. Lennox berichtet von seinem Wunsch, medizinisch zu transitionieren, muss aber auch feststellen: „Das macht's halt schwierig, wenn man Angst vor jedem Arztbesuch hat, dann ist es ein bisschen, ja, also sind da meine Möglichkeiten auch ein bisschen eingeschränkt."

In den Interviews mit den nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen finden sich umfassende Überlegungen, was es denn genau bedeute, nicht-binär zu sein und auszusehen und welche **Ziele in einer nicht-binären Transition** anzustreben sind. Da es anders als bei Frau- und Mann-Sein keine vorgefertigten und normativen Vorstellungen davon gibt, was es bedeutet, nicht-binär zu sein, macht es die Suche nach und das Ausgestalten von einer eigenen Identifikation als nicht-binär komplexer und sehr individuell.

„Ein kompliziertes Thema; ich glaube, (...) also es gibt ja jetzt nicht irgendwie so diesen stereotypen nicht-binären Körper, den man erreichen könnte (...) [nicht-binäre Personen haben] mehr Spielraum zu definieren, was es für uns heißt, nicht-binär auszusehen. Aber ich finde es gleichzeitig auch irgendwie schwierig, weil dadurch halt auch dieses kommt so: Okay, möchte ich transitionieren, um von der Gesellschaft eher als nicht-binär wahrgenommen zu werden, oder möchte ich transitionieren, um mich selbst in meinem Körper wohler zu fühlen?"

Elika, nicht-binär, 24 Jahre

Für einzelne nicht-binäre Personen kann es sehr wichtig sein, Veränderungen an ihrem Körper und/oder ihrer Geschlechterpräsentation vorzunehmen, um sich selbst wohler in sich selbst und im Außen zu fühlen. Andere wiederum sind zufrieden mit ihrem Körper, mit dem sie zur Welt gekommen sind und haben trotzdem eine gefestigte nicht-binäre Geschlechtsidentität.

[15] Penoidaufbau – chirurgische Neugestaltung oder Konstruktion eines Penis (Penoidals geschlechtsangleichende Maßnahmen).

> „Und probiere halt gerade so ein bisschen für mich aus, was, was es für mich bedeutet, trans zu sein und was für mich eine Transition bedeutet und was mir da wichtig ist. Und auch so mit den Hormonen schaue ich einfach, wie ich mich wohlfühle und ob ich die Dosis erhöhe oder vielleicht erniedrige oder wieder aufhöre."
>
> **Luca, nicht-binär/transmaskulin/genderfluid, 24 Jahre**

> „Und ich denk mir immer so: ‚Warum sind's immer die Brüste?' Alle Leute fragen mich so: ‚Hey, was ist mit deinen Brüsten?' Ich denk mir so: ‚Lasst doch mal meine Brüste Brüste sein! Mein Gott! Die können auch einfach existieren!'"
>
> **Birdie, nicht-binär, 24 Jahre**

Insgesamt zeigt sich, dass die Entscheidung für eine Transition, sei es medizinisch oder sozial, bei trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen keineswegs überstürzt oder leichtfertig getroffen wird. Vielmehr lassen die Interviews vorgelagerte lange Phasen einer Selbstreflexion und Auseinandersetzung mit Geschlechtsdysphorie und gesellschaftlichen Erwartungen (siehe Kap. 4.1.4) erkennen, in der sich die jungen Menschen mitunter auch Unterstützung suchen. Die Interviews und die in diesem Abschnitt ausgewerteten Zitate von jungen Erwachsenen verdeutlichen, dass diese Prozesse sehr individuell verlaufen und sich mit der Zeit wandeln können. Die jungen Menschen nehmen sich die Zeit, um sorgfältig zu überlegen, welche Schritte für sie die richtigen sind und welche Auswirkungen diese auf ihr Leben haben können.

4.2.2 Soziale Transition – Pronomen, Namen, Präsentationen

Soziale Transitionsschritte sind Veränderungen daran, im Außen anders wahrgenommen zu werden. Sie sind im Gegensatz zu rechtlichen und medizinischen Transitionen mit vergleichsweise wenig Hürden verbunden, da sie ohne jegliche Begutachtung oder Erlaubnis von Fachpersonen durchgeführt werden und allein von den Entscheidungen der trans Personen abhängen. Zu den sozialen Transitionsschritten, von denen viele Personen in den Interviews berichteten, zählten Änderungen von Namen und Pronomen in ihrem Alltag und Veränderungen der Geschlechterpräsentation, also des Aussehens, des Kleidungsstils, der Frisur, etc.

Die meisten der interviewten binären trans Jugendlichen und jungen Erwachsenen änderten ihren **Vornamen** und ihre **Pronomen** zu den jeweils anderen binären Pronomen (sie → er; er → sie), mit denen sie ihre Geschlechtsidentität widergespiegelt sahen. Haru (24), der sich als binärer trans Mann versteht, aber nicht „zu 100 Prozent", erwähnt, dass er sich mit den Pronomen „he/they" vorstellt, also zusätzlich die englischsprachige geschlechtsneutrale Variante nutzt, weil er findet, dass auch männlich gelesene Personen die Freiheit haben sollten, so zu sein wie sie möchten. Vor allem bei den nicht-binären interviewten Personen gibt es hinsichtlich Namen und Pronomen große Unterschiede. Manche behielten Namen und binäre Pronomen bei, manche benutzen ein anderes binäres Pronomen, wiederum andere nutzen Namen und Pronomen, die geschlechtlich nicht konnotiert sind oder möchten ganz ohne Pronomen angesprochen werden (Bsp. ‚Joni geht in Jonis Zimmer' statt ‚sein' oder ‚ihr'). Für Cal (nicht-binär, 22) wiederum sind „alle Pronomen okay".

Ähnliche Aussagen lassen sich auch in Bezug auf **Geschlechterpräsentationen** treffen. Viele der binären trans Jugendlichen und jungen Erwachsenen nutzen Elemente binärgeschlechtlicher Präsentation, um sich auszudrücken und ein authentischeres Ich zu zeigen. Fiona (trans Frau, 18) „würde gerne, in Anführungszeichen, ‚einfacher' als Frau gelesen werden von anderen Menschen". Neben der Darstellung eines authentischeren Selbst kann Geschlechterpräsentation auch eine Notwendigkeit darstellen, wenn die Darstellung einer bestimmten Geschlechtsidentität in der Vergangenheit zu Gewalt geführt hat und diese Angst oder Bedrohung immer noch existiert. Deniz (nicht-binär/trans, 21) erzählt im Interview davon, „sehr viel Diskriminierung im öffentlichen Leben" zu erleben, insbesondere, wenn Deniz „sehr feminin perform[t]". Geschlechterpräsentation kann also auch sehr situationsabhängig sein und sich dem Kontext, den anwesenden Personen, der Umgebung oder auch einfach der Tagesverfassung anpassen. Das kann bedeuten in unsicheren Situationen eine weniger auffallende Geschlechterpräsentation darzustellen und im Gegenzug in Situationen, in denen Queerness und Geschlechternonkonformität erlaubt und nicht sanktioniert sind, diese bewusster zum Ausdruck zu bringen.

> „In [der Stadt] gibt's so einen Club, der ein bisschen queer ist; also die machen so eine queere Party im Monat, und dadurch sind die auch so ein bisschen bekannt für, okay, da laufen auch mal so ein bisschen– queerere Gestalten rum, die sich so abseits der Normen aufhalten quasi. Und da fühle ich mich auch wohl, wenn ich da irgendwie im Rock oder im Kleid oder so tanzen gehe; aber in eigentlich allen anderen Clubs in [der Stadt] würde ich das nicht machen. Und mich jetzt auch nicht krass schminken oder so. Und im Sommer gibt's hier immer Dorfpartys, und man trifft viele Leute, die man kennt. Und da ist es auf jeden Fall auch so, da habe ich schon so meine besonderen Outfits für, dass ich halt auch ja nicht als schwuler Mann wahrgenommen werde, sondern einfach nur als Typ."
>
> **Casim, trans/nicht-binär, 25 Jahre**

Geschlechterpräsentation ist nicht nur situations- und kontextabhängig, sondern verändert sich auch im Laufe der Zeit. Bei Casim (25) und Max (23) beispielsweise, zwei transmaskulinen Personen, stellen sich im Laufe der Hormontherapie und den damit einhergehenden körperlichen Veränderungen neue Reflexionen zur eigenen Geschlechterpräsentation ein. Mit einem männlichen Passing können sie sich auch wieder erlauben, Weiblichkeit auszudrücken, ohne Gefahr zu laufen, als Frau gelesen zu werden.

> „Und [ich] habe geschaut: Wie ist es denn, wenn ich mich jetzt auch gerade durch hormonelle Veränderungen und so männlich gelesen werde, wie ist es denn, wenn ich jetzt trotzdem mal Nagellack trage, wenn ich mir Ohrringe reinmache, wenn ich mir die Haare mal irgendwie färbe oder so, und trotzdem männlich gelesen werde, aber mal diese ‚femininere Seite', in Anführungszeichen, mal wieder mehr zulassen kann? Und, genau, ich habe irgendwie manchmal so Tage, da laufe ich gerne total maskulin von der Kleidung oder so rum, und manche Tage, da trage ich irgendwie nur Hotpants und Nagellack, und fühl mich halt trotzdem genauso hundert Prozent ich so; und das ist immer mal wieder unterschiedlich so nach Lust und Laune."
>
> **Max, trans Mann, 23 Jahre**

Auch für die nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen ist eine Beschäftigung mit der eigenen Geschlechterpräsentation von Bedeutung. Es gibt die gesellschaftliche Vorstellung, dass eine nicht-binäre Person androgyn aussieht, aber wie im Kapitel zu den Reflexionsprozessen (siehe Kap. 4.2.1) deutlich wird, gibt es kein wirkliches Bild davon, wie eine nicht-binäre Person auszusehen hat, so wie es dies für Männer und Frauen gibt.

> „Dieser Struggle, nicht zu wissen, wie kann ich mich ausdrücken, dass Leute mich nicht als eine von zwei Optionen lesen, sondern einfach als, als mich lesen. Oder halt als androgyn lesen vielleicht. Und dann bin ich irgendwie traurig wieder, dass androgyn sozusagen der Stil ist, den man als nicht-binäre Person anstreben muss."
>
> **Elika, nicht-binär, 24 Jahre**

Die Strategien, die nicht-binäre Personen entwickeln, um mit diesem fehlenden Bild einer nicht-binären Geschlechterpräsentation einerseits und einer scheinbaren androgynen Norm anderseits umzugehen, sind vielfältig. Manche denken erst gar nicht darüber nach und kleiden sich einfach so, wie sie es wollen, ohne darüber nachzudenken, welche geschlechtliche Konnotation ihre Kleidung haben könnte. Eine weitere Strategie kann sein, bewusst mit Geschlechternormen zu brechen und verschiedene Elemente gemeinsam zu verwenden und „so ein bisschen die Leute zu verwirren darüber" (Luca, nicht-binär/transmaskulin, 24). Peppa (trans Frau, 27) beispielsweise trägt ganz bewusst einen vertikal halben Bart, um sich „eher so im androgynen, Gendernorm brechenden Bereich zu bewegen".

Unabhängig davon, wie die nicht-binären Personen sich nach außen zeigen, ihre Geschlechtsidentität hat erst einmal nichts per se mit ihrer Präsentation nach außen zu tun. Luca (nicht-binär/transmaskulin, 24) betont, dass Geschlecht und Pronomen oder auch Körper und Geschlechterpräsentation nicht dasselbe sind und variieren können. Für Luca bedeutet nicht-binär und genderfluid zu sein, viel auszuprobieren, was Luca gerne mag.

> „Und zeige eben auch immer wieder, dass ich mich schminke, und dass das, was ich trage an Kleidung, sich zum Beispiel halt ändert! Und nichts davon aber eigentlich aussagt, zum Beispiel auch welche Pronomen ich gerade benutze. Weil das war halt auch was, was mir halt aufgefallen ist, dass viele Leute dann denken, dass wenn ich zum Beispiel – weiß ich nicht – mich nicht schminke und eher Hemden trage oder so was oder mir die Brust abklebe, dass ich dann er Pronomen benutze, aber so ist das halt nicht. Also mir ist aufgefallen zum Beispiel, dass ich am meisten er Pronomen benutze, wenn ich eigentlich geschminkt bin und in Röcken rumlaufe (lacht); das ist so. (...) Aber es ist jetzt nicht so, dass ich unbedingt mir darüber vorher Gedanken mache, was ich anzieh, damit Leute wahrnehmen, dass ich trans bin, so, zum Beispiel; sondern ich schaue meistens einfach, mit was ich mich halt gerade irgendwie am meisten wohlfühle. Und halt auch sicher fühle, je nachdem in welchem Kontext ich halt bin."
>
> **Luca, nicht-binär/transmaskulin/genderfluid, 24 Jahre**

Insgesamt zeigt sich, dass die soziale Transition allgemein und Geschlechterpräsentation bei trans Jugendlichen und jungen Erwachsenen äußerst vielfältig und persönlich ist. Dies spiegelt die individuellen Bedürfnisse, Identitäten und Erfahrungen wider. Nicht-binäre Personen stehen vor der Herausforderung, in einer Gesellschaft

zu navigieren, die oft binäre Geschlechtsnormen bevorzugt, und dennoch gestalten sie ihre Präsentation auf ihre eigene Art und Weise. Die Vielfalt der Ansätze zeigt, dass es keinen ‚richtigen' Weg gibt, um nicht-binär oder trans zu sein, sondern dass die Entscheidungen individuell getroffen werden sollten.

4.2.3 Rechtliche Transition und das Selbstbestimmungsgesetz[16]

Rechtliche Transition, insbesondere die Änderung des Geschlechtseintrags im Personenstandsregister, kann ein wichtiger Schritt für viele trans und nicht-binäre Menschen sein. Insgesamt nahmen in den Erzählungen der trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen soziale und medizinische Transitionsprozesse mehr Raum ein als die der rechtlichen Transition. Einige zentrale Elemente rechtlicher Prozesse sollen dennoch hervorgehoben werden.

Die Beantragung der rechtlichen Änderung erfordert oft psychologische und medizinische Gutachten, die teuer und zeitaufwändig sein können. Zwar berichteten zwei der Interviewten von einem reibungslosen Ablauf mit der Prozesskostenhilfe, sodass keinerlei Kosten auf sie zukamen, Leon (trans Mann, 25) musste hingegen insgesamt 1.500 Euro bezahlen und hatte insgesamt elf Termine mit einem Gutachter, weil er noch minderjährig war. Auch auf der emotionalen Ebene zeigen die Interviews **unterschiedliche Erfahrungen mit Begutachtungsprozessen**. Es gibt Personen, die unangenehme und teils übergriffige Fragen gestellt bekamen, aber auch jene, deren Begutachtungen sehr angenehm abliefen.

> „Und die Gutachten gingen locker flockig durch (lacht). Ich glaube auch, dass bei [Gutachterin 1] noch der Vorteil ist, [Gutachterin 1] ist selber trans; und ich glaube, das ist so der Punkt, wo man sich noch dann ein Stück mehr öffnen kann (...) Aber ich fand's natürlich trotzdem ätzend, mich vor Gutachtern erklären zu müssen, dass ich männlich bin! (...) Weil ein Gutachter kann nicht sagen, ob ich wirklich männlich bin. Das kann nur ich sagen."
>
> **Noel, trans Mann, 23 Jahre**

> „Und, genau, auch bei der Namensänderung, das hatte ich auch übers TSG machen lassen und hatte mir sogar von einer Transberatungsstelle zwei Gutachter*innen nennen lassen, die ganz cool sein sollten; die eine war total entspannt, weil die war selbst trans und hat nach einer, nach 40 Minuten gesagt: ‚Ja, so, ich will dich nicht hier irgendwie, dir unangenehme Fragen stellen und so, ich schreibe dir ein positives Gutachten.' Aber dann war ich noch bei einem anderen, der halt ganz klassisch diese Fragen mit: ‚Wie hast du gerne Sex? Und wo lässt du dich anfassen? Was für Unterwäsche trägst du?' Und so weiter und so fort. (...)

[16] Im April 2024 wurde das neue Selbstbestimmungsgesetz (SBGG) verabschiedet und tritt offiziell zum November 2024 in Kraft; das Transsexuellengesetz (TSG) wird damit abgeschafft. Während der gesamten Laufzeit des vorliegenden Projekts (2022-2023) galt das TSG und die politische Lage um das SBGG war unklar: Das Gesetz war bereits präsent im öffentlichen Diskurs und es gab Entwürfe und Abstimmungen, aber auch immer wieder lange Wartezeiten. Diese unsicheren Bedingungen schlagen sich in den Interviews und damit auch in diesem Bericht nieder. Wie sich die neuen rechtlichen Gegebenheiten sich auf die Lebensrealitäten junger trans und nicht-binärer Personen auswirken, muss im weiteren Verlauf beobachtet und untersucht werden.

> Das war auch eine total unangenehme Situation. Ich wusste gar nicht, darf ich jetzt sagen: ‚Nee, ich möchte das nicht beantworten', und dachte, hatte die ganze Zeit diesen Druck: Okay, ich muss, muss ihm irgendwie das alles sagen, damit er mir das glaubt. Und irgendwie auch ein bisschen lügen und alles ein bisschen: ‚Ja, ich bin ein Mann, und ich mag Fußball!' Und das irgendwie, hatte ich das Gefühl, so was will er alles hören."
>
> **Max, trans Mann, 23 Jahre**

Wenn Personen diese Hürden (noch) nicht auf sich nehmen wollen und erstmal keine rechtliche Änderung anstreben, können auch Probleme auf sie zukommen, wie zum Beispiel, wenn Geschlechtseintrag und/oder Vorname nicht zum Foto oder dem aktuellen Aussehen passen und somit zu Diskriminierung, fehlender Anerkennung oder Vermeidungsstrategien führen.

> „Und ich versuche auch bei so Sachen wie bei, beim Busfahren, wenn ich da eben meinen Studentenausweis zeigen muss oder so, halt da irgendwie das Foto zuzuhalten oder so, weil ich (lacht), ich sehe halt einfach fürchterlich aus! (lacht) (...) Gerade in der Uni beim Bücherausleihen, wenn man eben dann den Ausweis zeigt, und dann wird mir gesagt: ‚Ja, aber das bist ja nicht du.' (...) ich versuche halt sozusagen Situationen zu vermeiden, wo ich eben was brauche, aber es lässt sich natürlich nicht vermeiden."
>
> **Annalena, trans Frau, 27 Jahre**

Die Interviews verdeutlichen einen starken **Wunsch nach einem Selbstbestimmungsgesetz**, das mit der Aussicht auf weniger Hindernisse in rechtlichen Transitionsschritten verknüpft wird sowie mit der Hoffnung auf eine Normalisierung dieser in der Gesellschaft.

> „Das wäre so großartig, wenn das [Selbstbestimmungsgesetz] rauskommen würde. Tatsächlich, auch wenn ich noch nicht bei allen Menschen out bin, wäre das für mich trotzdem, sobald das draußen ist, würde ich – keine Ahnung – zum nächsten Standesamt gehen oder Bürger*innenamt, oder wo auch immer man hingehen muss, und meinen Namen ändern und meinen Geschlechtseintrag ändern. Und auch wenn ich weiß, das wäre superviel Arbeit und wahrscheinlich auch superanstrengend, dann danach bei – was weiß ich – Sparkasse und Krankenversicherung und sonst wo alles Mögliche zu ändern, wäre das einfach für mich so befreiend und, glaub ich, auch das, was ich bräuchte; zu wissen, dass ich jetzt hundert Prozent ohne Kompromisse meinen Namen und meine Geschlechtsidentität sozusagen überall haben kann und überall auch offiziell haben kann. Und ich glaube, ich würde auch einfach hoffen, dass das bisschen mehr dazu führt, dass in der Gesellschaft das normalisierter wird, und dass, glaub ich, auch so Sachen wie Namen nicht mehr so – so krass aufgeladen werden."
>
> **Elika, nicht-binär, 24 Jahre**

4.2.4 Medizinische Transition

Medizinische Transitionsschritte umfassen Hormonersatztherapie, geschlechtsangleichende Operationen und andere medizinische Therapien und Eingriffe[17], die dazu beitragen, dass die körperliche Erscheinung besser zur Geschlechtsidentität passt. Die medizinische Transition ist ein wichtiger Bestandteil im Lebensweg vieler trans und nicht-binärer Menschen. Die folgenden Kapitel gehen genauer auf verschiedene, von den interviewten Personen berichtete Aspekte dieser Transition ein und beleuchten die individuellen Erfahrungen und Herausforderungen, die damit verbunden sind. Diese betreffen die Versorgungslandschaft, Fremdbestimmung und körperliche Veränderungen.

4.2.4.1 Schlechte Versorgungslandschaft

> „Also ich, ich weiß nicht, wie lang ich da gewartet habe auf erstens, dass ich einen Termin bekomme, dann [zweitens] eben diese ganzen Gutachten zurückbringen, dann war zweimal die Belegschaft krank, dann konnte ich auch nicht kommen; also es hat wirklich sehr lang gedauert, bis das eben starten konnte."
>
> **Annalena, trans Frau, 27 Jahre**

> „Ich mache die jetzt seit knapp drei Monaten, und habe da halt auch total Glück, dass ich da überhaupt gute Ärzt*innen gefunden habe; und fahre dafür halt auch nach Berlin und fahre da halt mehrere Stunden halt dann immer quer durch Deutschland, weil es halt nicht leicht ist, irgendwie da Anbindung zu finden."
>
> **Luca, nicht-binär/transmaskulin/genderfluid, 24 Jahre**

Eine sehr zentrale Hürde, an medizinische Maßnahmen zu gelangen, von der viele Jugendlichen und jungen Erwachsenen in unseren Interviews berichten, ist eine allgemein **schlechte Versorgungslandschaft**. Es ist nicht unüblich, dass Personen Probleme haben, geeignete trans-spezifische Behandler*innen in ihrer Region zu finden, geschweige denn, dort Termine zu bekommen. Deshalb ist es nicht verwunderlich, dass einige der Interviewten lange Fahrten in Kauf nehmen.

Manche der interviewten Personen gehen sogar soweit, dass sie teilweise selbst für Leistungen aufkommen, Lysi (trans/nicht-binär/genderfluid, 22) bezahlt beispielsweise 300 Euro für eine Indikation. Für Mercury (nicht-binär/transfeminin, 26) ist es sehr wichtig, eine Laserbehandlung im Gesicht zu bekommen, wofür Mercury letztlich 900 Euro zahlt, da die Krankenkasse die Kosten nicht übernimmt. Einige Maßnahmen werden grundsätzlich nicht von Krankenkassen übernommen[18]. Dies erschwert den Zugang zu einer angemessen affirmativen Versorgung, da nicht alle die finanziellen und zeitlichen Ressourcen haben, um die Maßnahmen, die Reise zum Behandlungsort, Arbeitsausfälle, Übernachtungskosten, o.ä. auf sich zu nehmen.

[17] Beispielsweise Stimmtherapien, Haarentfernung.

[18] Z.B. feminisierende Gesichts-OPs, Laserhaarentfernung, angleichende Maßnahmen für nicht-binäre Personen allgemein.

Weitere organisatorische Hürden sind hohe Anforderungen an die trans Personen selbst, wie zum Beispiel weitere Begutachtungen, viele Arzttermine und Alltagstests. Zu einem Problem wird dies auch durch **fehlende bzw. unübersichtliche Informationen** zum Thema medizinische Transition. Informationen dazu, was wann erforderlich ist, welche Gutachten und Tests die trans Personen auf sich nehmen müssen und wann sie welche Unterlagen brauchen, sind oft nicht einheitlich einsehbar und undurchsichtig.

> „Dann habe ich einen Termin [bei der Endokrinologin] bekommen für einen Monat später. Ich war schon so: ‚Ja, in einem Monat kriege ich Hormone! Jippie!' Ja, es hat sich dann herausgestellt, dass es nicht so war. Ich war dann da beim ersten Mal bei der Therapeutin, die hat mir gesagt, dass ich sechs Monate in Therapie sein muss, um eine Hormonbehandlung zu starten. Ich habe dann mal nach acht Monaten gefragt so: ‚Könnte ich bitte jetzt anfangen?' (...) Und dann habe ich eine Endokrinologin kontaktiert hier in der Nähe, die hat dann gesagt, dass ich noch ein Zweitindikationsschreiben brauche, weil ich minderjährig bin. (...) Dann bin ich noch zu einem anderen Therapeuten gegangen, da war ich dann auch zweimal (...) und dann haben die mir am Ende ein zweites Indikationsschreiben ausgestellt. Damit bin ich dann zur Endokrinologin. (...) Dann war ich dann da, das war nur ein Erstgespräch, das heißt, ich musste mir dann meine Blutwerte abnehmen lassen, und die Endokrinologin hat auch noch ein [Chromosomentest] verlangt. (...) Dann haben wir einen Zweittermin ausgemacht, der war dann wieder zwei Monaten, zwei bis drei Monate später, das war wieder frustrierend; dann bin ich da hingegangen und habe dann endlich mein Östrogen- und Androcur-Rezept bekommen. Und war dann sehr aufgeregt und habe dann mit der Behandlung angefangen. Also es war wirklich ein sehr langwieriger Prozess mit sehr viel Bürokratie und sehr viel Wartezeiten einfach."
>
> **Lena, trans Frau, 18 Jahre**

Lenas Weg war von vielen Unsicherheiten und Unwissenheit geprägt. Sie war auf ihre Behandler*innen angewiesen, verließ sich auf deren Informationen und musste sich dennoch allein um ihren Weg kümmern. Andere mussten sich die unterschiedlichen Informationen selbst beschaffen, sich viel über verschiedene Quellen anlesen und sich austauschen, um einen Überblick darüber zu bekommen, welche Anforderungen es gibt und wie sie am schnellsten einen möglichst leichten Weg durch das medizinische System finden. Dies kann eine Form von Selbstermächtigung sein, stellt es auch eine große Belastung für die jungen Menschen dar.

> „Es zieht auch unfassbar viel Energie. Weil, weiß ich nicht, ich würde auch gern Nachmittag mal so was nicht machen und irgendwie Freizeit haben, aber ich muss halt einen Scheiß jetzt recherchieren. Und es ist immer so kacke, dass selbst wenn man recherchiert, es gibt soo wenig gesicherte Informationen."
>
> **Lysi, trans/nicht-binär/genderfluid, 22 Jahre**

Zwar gibt es mittlerweile einige Internetseiten, auf denen Informationen verfügbar sind oder es gibt trans Personen im Umfeld, die von ihren Erfahrungen berichten können, oft sind diese Informationen aber nicht gesichert oder teilweise schon veraltet. Zu manchen Themen gibt es auch noch keine gesicherten Daten, so dass auch medizinisches Fachpersonal teilweise keine oder widersprüchliche Informationen hat. Lysi (trans/nicht binär/genderfluid, 22) beispielsweise berichtet von widersprüchlichen Aussagen von Endokrinologen über die Wirkung und Einnahme von

Hormonen, welche sich teilweise auch in der trans Community verbreiten und zu Verunsicherungen führen.

Die vorausgehenden Ausführungen zeigen aus Sicht der interviewten jungen Menschen Mängel in der medizinischen Versorgungslandschaft auf und verdeutlichen zudem, welche erheblichen Hürden der Zugang zur transmedizinischen Versorgung für viele trans Personen birgt. Dies reicht von langen Wartezeiten und finanziellen Belastungen bis hin zur Notwendigkeit, sich umfangreiche Informationen selbst zu beschaffen.

4.2.4.2 Fremdbestimmungen

Die interviewten Personen berichten durchaus auch von guten Erfahrungen mit medizinischem Fachpersonal. Cal (nicht-binär, 22) beispielsweise outete sich bei Cals Arzt als nicht-binär und fühlt sich sehr ernstgenommen. Annalena (trans Frau, 26) fühlt sich von ihren Ärzt*innen sehr gut beraten und macht dort gute Erfahrungen; auch ohne rechtliche Änderungen wird sie konsequent richtig aufgerufen. Das sei „sehr befreiend". Mercury macht nach einer schlechten Erfahrung mit einem Therapeuten am eigenen Wohnort eine sehr gute Erfahrung in einer anderen Stadt.

> „Dann meinte eine Person so: ‚Hey, ruf doch mal den Doktor [Name] in [Großstadt 2 in Süddeutschland] an.' Und dann habe ich bei dem angerufen und habe geschildert so, was Sache ist, und dann meinte der: ‚Ja, ich habe morgen einen Termin frei. Wenn Sie vorbeikommen wollen, das unterbekommen können, dann klappt das.' Dann bin ich am nächsten Tag dahingefahren und habe ihn mit einer Indikation verlassen."
>
> **Mercury, nicht-binär/transfeminin, 26 Jahre**

In den Interviews werden aber auch häufig Situationen geschildert, in denen sich die jungen Menschen unwohl bei Arztbesuchen fühlen, Fremdbestimmung erfahren oder das Gefühl haben, sie können nicht ihr authentisches Selbst zeigen, ohne Gefahr zu laufen, nicht an gewünschte Maßnahmen zu kommen. Casim (trans/nicht-binär, 25) berichtet zum Beispiel davon, wie Casim bei einer Gynäkologin von Arzthelfer*innen ausgefragt wird: „[Die] haben mir halt megaübergriffige Fragen gestellt. (...) ich bin dann ganz nett geblieben und habe alles beantwortet (...) – Also ich will ja was von denen". Max (trans Mann, 23) macht eine sehr übergriffige Erfahrung mit seinem Arzt.

> „Der hat auch, obwohl ich dazu nicht Ja gesagt habe oder so, mir einfach die Hose runtergezogen und irgendwie kurz auf meine Genitalien geschaut, und meinte dann irgendwie: ‚Ja, hier müsste man das soundso irgendwie machen.' Und ich war da auch total irgendwie perplex und überfordert. Und nach dem Gespräch dachte ich, okay, ich gehe nie mehr wieder zu irgendwelchen Chirurg*innen und lasse gar keine OPs irgendwie weiter machen und so."
>
> **Max, trans Mann, 23 Jahre**

Der Prozess der Begutachtungen wird als sehr fremdbestimmt erlebt. Sophia (trans Frau, 18) werden der Hormontherapie von ärztlicher Seite immer mehr Hürden und weitere Begutachtungen vorgeschoben.

„Der [Arzt] meinte: ‚Diese Dysphorie, die du erlebst, die Geschlechtsdysphorie, könnte daran liegen, dass du im Untergewicht bist.' Was ich ihm versucht habe mehrmals zu verneinen natürlich (...) Dann wollte er noch eine, eine Autismus-Diagnose mit mir durchgehen; und erst dann, meinte er, könnte man vielleicht drüber nachdenken, mit weiblichen Hormonen zu beginnen. Das war dann – damals natürlich erst mal scheiße so."

Sophia, trans Frau, 18 Jahre

Sophias Leidensdruck ist daraufhin so groß und sie fühlt sich so machtlos, dass sie zu diesem Zeitpunkt akut suizidal ist. Als einzigen Ausweg bietet sich ihr durch eine sogenannte „DIY-HET[19]". Sophia spricht selbst davon, dass sie bis heute nicht stolz darauf ist, aber aufgrund der starken Fremdbestimmung durch ihre Ärzt*innen keine Alternative gesehen hat. Auch für Hanna (transfeminin, 16) ist das zum Interviewzeitpunkt eine Option, da sie nicht die Kraft für den Begutachtungsprozess und eine Therapie hätte. Verschiedene Risiken, die mit dieser Methode einhergehen, wie etwa keine ärztliche Betreuung und keine Sicherheit darüber zu haben, ob die richtigen, qualitativ unbedenklichen Hormone ankommen, scheinen den beiden bewusst zu sein. Dennoch zeugt allein die Entscheidung, die sie treffen wollen oder mussten, von großer Ohnmacht.

Die unterschiedlichen fremdbestimmten Erfahrungen, wie etwa starke Begutachtungen oder normative Vorstellungen vom Trans-Sein und Transition führen auch dazu, dass die interviewten Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Kontakt mit Ärzt*innen nie völlig sie selbst sein können. Dies kann dazu führen, dass es keinen sicheren Raum gibt, um eventuelle Unsicherheiten und Zweifel zu zeigen und diese zu besprechen. Vor allem bei den nicht-binären Personen können ein **fehlender Raum für Unsicherheiten und Zweifel** sowie starr binäre Erwartungen dazu führen, dass sie sich ‚binarisieren' – also verstellen – müssen, um bestimmte Leistungen zu erhalten, da im aktuellen medizinischen System nicht-binäre Transition nicht flächendeckend zugelassen sind.

„Und als ich dann bei der anderen Klinik, wo ich jetzt die OPs gemacht habe, das Vorgespräch hatte, saß ich auch so ein bisschen zitternd so vor diesem Raum und hatte voll, habe mir schon so Rechtfertigungen zurechtgelegt, wenn die Ärzt*innen mich fragen: „Warum möchtest du diese OPs machen?" Und bla. Dass ich, also ich merke schon, ich habe sehr krass gelernt irgendwie das zu sagen, was Ärzt*innen hören wollen, und irgendwie nicht so ehrlich zu sein, keine Ängste zu äußern, weil ich dann Angst hatte, die sprechen mir das ab, dass ich das wirklich, irgendwie richtig für mich ist, dass ich das wirklich möchte. Und, genau, ich merke schon, dass ich da irgendwie so was verinnerlicht habe."

Max, trans Mann, 23 Jahre

„Genau. Ja, also ich habe eben meine medizinische und gerichtliche Transition, ich habe sehr viel gelogen in dem Prozess, und mich halt immer als sehr transmännlich dargestellt. So auch zu Zeiten, wo ich irgendwie schon gemerkt habe,

[19] Eine ‚Do-It-Yourself-Hormonersatztherapie', sprich: Sophia bestellte sich eine Zeit lang selbst Hormone im Internet, um die Wartezeit zu überbrücken, bis sie die Hormontherapie mit ihrer Endokrinologin starten konnte.

> ja, eigentlich ist das gar nicht so, dass ich krass auf Bier und Fußball stehe oder so, sondern, ne, irgendwie, ja, trage ich auch gerne pinke Glitzersachen. So. Genau. Aber ich wusste einfach, dass man halt damit nicht weit kommt (lacht kurz)."
>
> **Casim, trans/nicht-binär, 25 Jahre**

4.2.4.3 Körperliche Veränderungen

Nachdem in den vorherigen beiden Kapiteln die Schwierigkeiten in den Zugängen zu und im Umgang mit medizinischem Fachpersonal beleuchtet wurden, soll es nun um die medizinischen Transitionsschritte an sich gehen. Unter denjenigen Interviewten, die sich für medizinische Schritte entschlossen haben, gibt es eine hohe Diversität, was genau genutzt wurde (bspw. chirurgische Eingriffe, Hormontherapien, Haarentfernung). Grundsätzlich gibt es **sehr positive Erzählungen** darüber, welche körperlichen Auswirkungen medizinische Maßnahmen hatten.

> „Ich habe inzwischen auch Hormontherapie angefangen, das ist jetzt fast zwei Jahre her, im Juli ist es zwei Jahre her; und sobald, also am ersten Tag der Hormonersatztherapie habe ich schon gemerkt, wie ich mich anders fühle, und zwar deutlich besser."
>
> **Oakley, transfeminin, 25 Jahre**

> „Und dann, genau, habe ich 2020, glaub ich, die Mastektomie gemacht. Das war für mich auch noch mal so ein riesengroßer Moment, der mir irgendwie auch sehr viel Selbstbewusstsein gegeben hat und mich sehr glücklich so gemacht hat. Und, genau, ab da an war eigentlich, war ich an so einem Punkt, wo irgendwie alles dann ganz gut gelaufen ist, wo ich irgendwie sehr happy irgendwie so war."
>
> **Max, trans Mann, 23 Jahre**

Maja (transweiblich, 24) beschreibt zunächst sehr nüchtern, welche Veränderungen sie mit Beginn der Hormontherapie gespürt hat (beispielsweise weichere Haut, andere Fett- und Muskelverteilung). Sie berichtet von Momenten, in denen sie vor dem Spiegel stand und sich der „doch ganz schön krasse[n] Veränderung" bewusstwurde, und **positive Rückmeldungen aus dem Umfeld** erhielt.

> „Und ich habe auch von vielen Leuten gehört, dass, dass ich viel fröhlicher wirke, dass ich viel geselliger geworden bin. Dass ich vor allem auch aufrechter gehe und wesentlich selbstbewusster wirke als früher. Also dass es halt durchaus einen positiven Einfluss auf meine Persönlichkeit hatte."
>
> **Maja, transweiblich, 24 Jahre**

Auch Annalena (trans Frau, 26) erzählt von dem Gefühl, nun noch „glücklicher und aufrechter, (...) nicht mehr so in [sich] gekehrt" zu sein. Lena (trans Frau, 19) hat mehr Selbstvertrauen, weil sie „das Gefühl habe, dass Leute [sie] irgendwie schon als das sehen können, als was [sie] gesehen werden will".

Dennoch reflektieren die Interviewten auch, dass medizinische Eingriffe eine Belastung für den Körper darstellen können, und berichten von eigenen Erfahrungen mit Nebenwirkungen. Toni (nicht-binär, 28) erzählt, dass die potentiellen Nebenwirkungen Toni ein bisschen von medizinischen Transitionsschritten abhielten." Vor allem potentielle Unfruchtbarkeit sowie eine zweite, eventuell psychisch destabilisierende, Pubertät machen Toni Angst.

„Ich muss sagen, ich habe das alles irgendwie super unterschätzt so; weil, genau, die Mastektomie war auch generell meine allererste OP, die ich je in meinem Leben irgendwie so hatte, und das war alles irgendwie so schön. (...) Ich habe, glaub ich, noch nie so gestrahlt wie nach dieser OP so, und auch körperlich habe ich das alles irgendwie supergut überstanden. (...) Aber, genau, nach dem [Penoid-] Aufbau war das schon psychisch und körperlich alles superkrass herausfordernd. Und jetzt auch, wo ich den Anschluss hatte, genau, ist nicht alles rundgelaufen, ich war superlange im Krankenhaus, hatte auch noch so eine kleine Not-OP, und merke, dass ich sehr mit dem Kopf auch sehr irgendwie noch dabei bin und diese Heilungsphasen einfach mental und körperlich total herausfordernd sind."

Max, trans Mann, 23 Jahre

Insgesamt wird in den Interviews zum Thema „körperliche Veränderungen" deutlich, dass junge Menschen mit den medizinischen Maßnahmen positive Erfahrungen machen und positive Rückmeldungen erhalten. Allerdings werden die möglichen Nebenwirkungen, Risiken und Herausforderungen, die mit medizinischen Transitionsschritten einhergehen können, gleichermaßen artikuliert und als Hürde gesehen.

4.2.5 Die Suche nach Euphorie und Entpathologisierung

Transitionen laufen hochgradig individuell ab und unterscheiden sich stark von Person zu Person, wobei alle Entscheidungen, die die Jugendlichen und jungen Erwachsenen selbstbestimmt und frei für sich treffen, zum Zeitpunkt der Interviews richtig für sie sind.

Das gesellschaftliche Bild von Trans-Sein ist stark von Diagnostik und Medizin geprägt. Das spiegelt sich auch in den Biografien der Interviewten und ihren Erzählungen über die eigenen Transitionsprozesse wider, in denen verschiedene körperliche und/oder soziale Dysphorien eine elementare Rolle spielen. Dennoch geht es in vielen Interviews auch um Geschlechtseuphorien, also positive Erlebnisse, Erfahrungen und Gefühle bezüglich des eigenen (trans) Körpers und der eigenen (trans) Geschlechtsidentität, wie die nachfolgenden Zitate illustrieren.

„Das Schöne und gleichzeitig auch das Schwierige an Nicht-Binarität ist für mich wirklich diese Ungewissheit, die einerseits zwar Zweifel meint, aber andererseits auch ganz viele Chancen. Und ganz viele Möglichkeiten, und auch ganz viel Freiheit für mich irgendwo. Also nicht mehr diese Enge zu haben von irgendwelchen Vorstellungen, sondern wirklich zu sagen: Nee, ich versuche mir meine eigene Identität so zu schaffen, wie, wie ich das möchte."

Elika, nicht-binär, 24 Jahre

„Also ich glaub auf jeden Fall so Gendereuphorie ist so ein Riesending; also häufig ist ja dann doch eher so dieser Fokus auf Dysphorie, aber also ich glaub sogar Gendereuphorie hat noch mehr Raum irgendwie so eingenommen in meiner Transition. Und all diese, all diese ersten Male irgendwie, das erste Mal, dass ich mir die Haare kurz geschnitten habe, habe ich auch soo krass gegrinst, tagelang, und war auf Wolke sieben irgendwie, nach der Mastek auch, einfach superschön. (...) Und, ja, all diese Gender-Euphorie-Momente sind halt unbeschreiblich, und ich glaub, dass keine cis Person jemals so ein tolles Gefühl irgendwie spüren kann so, das ist einfach mega."

Max, trans Mann, 23 Jahre

„Als ich das erste Mal mir die Hormone aufgetragen habe, habe ich, glaub ich, eineinhalb Stunden einfach durchgeheult (...) Und für mich war halt so zum Beispiel die Hormonersatztherapie auch so ein bisschen so ein Akt von Widerstand und von Selbstliebe, dass ich gesagt habe, ich möchte mich in meinem Körper wohlfühlen; und ich mache das nicht, weil ich meinen Körper hasse, sondern weil ich ihn genug liebe, damit ich möchte, dass er mehr dem entspricht, wie ich halt auch wirklich eigentlich bin."

Luca, nicht-binär/transmaskulin/genderfluid, 24 Jahre

Insgesamt zeigt sich über das empirische Material, dass Transitionsprozesse nicht nur von Herausforderungen, sondern auch positiv geprägt sind. Die Interviewten berichten von Chancen, Freiheitsgewinnen oder auch von Selbstfindung und Identitätsbildung sowie einem Authentizitätsgewinn.

4.3 Alltagserfahrungen

In diesem Kapitel werden die Alltagserfahrungen der interviewten trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen beschrieben. Es soll ein Einblick geboten werden, wie junge trans und nicht-binäre Personen ihre geschlechtliche Zugehörigkeit in unterschiedlichen sozialen Kontexten ausleben und welche zentralen Erfahrungen sie dort machen.

Viele der Alltagserfahrungen werden in den für junge Menschen typischen sozialen Kontexten gemacht, wie etwa in der Schule, der Familie, unter gleichaltrigen Peers, im Internet oder in der Öffentlichkeit.[20] Der Kontakt zu anderen Menschen, deren Umgangsweisen und Handeln spielen dabei eine bedeutsame Rolle für das eigene innerpsychische Erleben und Wohlbefinden der interviewten trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Die geschilderten Erfahrungen reichen von Situationen der aktiven Abwertung, Beschämung und Ausgrenzung bis hin zu dem Erleben von „bedingungsloser Liebe" (Annalena, trans Frau, 26), Anerkennung, Fürsorge, Gemeinschaft und aktiver Selbstermächtigung.

Dieses **Spannungsverhältnis zwischen einerseits leidvollen Erfahrungen und andererseits besonders bestärkenden und erfüllenden Erfahrungen** soll im Folgenden dargestellt werden. Der erste Teil des Kapitels beschreibt die belastenden und herausfordernden Alltagserfahrungen der jungen Menschen, insbesondere die unterschiedlichen negativen Reaktionen aus dem sozialen Umfeld (siehe Kap. 4.3.1) und den Kampf mit der inneren Gefühlswelt und psychischen Belastungen (siehe Kap. 4.3.2). Der zweite Teil des Kapitels (siehe Kap. 4.3.3) beschreibt die Ressour-

[20] Neben diesen genannten sozialen Kontexten existieren weitere Lebensbereiche, die für die trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen von Bedeutung sind, wie Partnerschaft, romantische Beziehungen und dazugehörende Aspekte der Sexualität, des Begehrens oder die (Nicht-)Zugehörigkeit zu einer Religionsgemeinschaft. Auch diese wurden in den Interviews angeschnitten. Der vorliegende Ergebnisbericht fokussiert die in den Interviews besonders intensiv thematisierten Kontexte.

cen, Bewältigungsstrategien und allgemein positiven Erfahrungen der jungen Menschen im Alltag. Die herausgearbeiteten Aspekte ziehen sich dabei in der Regel nicht nur durch einen sozialen Lebensbereich, sondern finden sich in unterschiedlichen Kontexten (Familie, Freundschaften, Schule, etc.) wieder. Aus diesem Grund sind die Ausführungen nicht nach sozialen Kontexten gegliedert, sondern die Struktur ergibt sich aus den herausgearbeiteten Kategorien.

4.3.1 Negative Reaktionen aus dem sozialen Umfeld

In den biografischen Erzählungen der trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen spielen negative Erfahrungen mit dem sozialen Umfeld eine zentrale Rolle. Die befragten jungen Menschen berichten von abwertenden Blicken und Bemerkungen sowie von sozialer Ausgrenzung und Diskriminierung in unterschiedlichen Kontexten, in denen sie Transfeindlichkeit erleben.

4.3.1.1 ‚Othering' und Pathologisierung

Die trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen berichten von zahlreichen Alltagssituationen, in denen sie von ihrem Umfeld sowohl subtile als auch direkte Abwertung erfahren. Ist die Transidentität für Außenstehende scheinbar sichtbar, kommt es sehr häufig zu **abwertenden Blicken und Bemerkungen** durch Fremde im öffentlichen Raum. Dabei machen die jungen trans und nicht-binäre Menschen die Erfahrung das ‚point of interest' für Fremde in der Öffentlichkeit zu sein und in der Wahrnehmung der Anderen zu etwas ‚Besonderem' markiert zu werden. Dies kann unter das Konzept des **‚Othering'** gefasst werden, welches Praktiken umfasst, die eine Unterscheidung und Grenzziehung zwischen ‚dem Eigenen' und ‚dem Fremden' aufmacht. ‚Das Andere' wird im dem Fall als ‚andersartig', ‚fremd' und ‚abweichend' klassifiziert (Reuter 2015). In den Erzählungen der trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen geschieht dies durch Abwertung, Verurteilung oder verbale Beschimpfungen.

> „Also es war schon immer Teil meines Lebens, mit Mobbing leben zu müssen, es war schon immer Teil meines Lebens, gesehen zu werden und verurteilt zu werden. (...) Ich existiere die ganze Zeit in dieser Spannung von den Blicken der anderen."
>
> **Peppa, trans Frau, 27 Jahre**

> „Ich bekomme halt schon oft komische Blicke. Und viele Menschen sind halt oft verwirrt. Und ich habe auch schon öfter halt Beleidigungen abbekommen; (...) weil die Menschen (...) weil sie mich halt queer lesen"
>
> **Luca, nicht-binär/transmaskulin/genderfluid, 24 Jahre**

Die Interviews machen deutlich, dass die Sichtbarkeit von trans und nicht-binären Personen im öffentlichen Raum für die Interviewten zwar einen wichtigen Unterstützungsfaktor darstellt (insbesondere in ihrem Bewusstwerdungsprozess; siehe Kap. 4.1.3), zugleich für die jungen Menschen im Alltag aber auch belastende Auswirkungen haben kann. Für die Außenwelt als trans, nicht-binäre oder genderqueere Person sichtbar zu sein kann die Gefahr bergen, dass junge Menschen mit Abwer-

tungen, Beleidigungen oder anderen Formen von Diskriminierung konfrontiert werden. Annalena (trans Frau, 26) beschreibt, dass sie vor allem zu Beginn ihrer Transition oft mit den Blicken und Reaktionen anderer Menschen im öffentlichen Raum konfrontiert war. Heute wird sie, wie sie es in ihren eigenen Worten beschreibt, kaum noch als trans Frau erkannt, weshalb sie seltener „unangenehme Blicke" erlebt. Auch Peppa (trans Frau, 27) beschreibt im Interview viele Alltagssituationen in denen sie Abwertung durch andere erfahren hat. In der Folge hat Peppa eine hohe Sensibilität und Aufmerksamkeit (eine sog. „hyperawareness", wie sie es nennt) dem sozialen Umfeld gegenüber entwickelt.

> „Ich kriege sehr schnell mit, wenn mich Leute anschauen. Und scanne sofort, was in denen ihren Gesichtern stattfindet."
>
> **Peppa, trans Frau, 27 Jahre**

Darüber hinaus berichten die Jugendlichen und jungen Erwachsenen oftmals von **pathologisierenden Äußerungen** durch nahestehende Personen in ihrem Umfeld, die zum Ausdruck bringen sollen, dass ihre Geschlechtsidentität als Abweichung gesehen wird und sie sich damit im Bereich des vermeintlich ‚Nicht-Normalen' bewegen. Auf das Coming-out von Annalena (trans Frau, 26) reagiert die Mutter zunächst mit der Aussage, ob diese nicht „einfach normal schwul sein könnte". Auch in anderen Interviews wird deutlich, dass das Umfeld die Geschlechtsidentität in den Bereich der Pathologie verortet. Beispielsweise berichtet Casim (trans/nicht-binär, 25) davon als jugendliche Person (unwissentlich) eine Konversionstherapie gemacht zu haben, mit dem Therapieziel die Transidentität zu „heilen":

> „Also das war so voll so dieses: ‚Ja, man kann das heilen, und du bist eigentlich ein Mädchen und hetero, und du musst nur den richtigen Mann finden.' (...) Und ich hatte da eine Mitbewohnerin, die sich als ziemliche TERF[21] entpuppte dann; und mir eben auch erzählen wollte, dass ich eigentlich nur eine verwirrte Frau bin."
>
> **Casim, trans/nicht-binär, 25 Jahre**

Lysis Eltern reagieren mit einer starken Ablehnung und Gegenwehr auf das Coming-out von Lysi (22) als trans, nicht-binär und genderfluid. Sowohl die Mutter als auch der Vater bewerten die Geschlechtsidentität von Lysi als „schlimm (...) und schrecklich und schamvoll", die es abzuwenden gilt.

> „Meine Mam war halt von Anfang an dagegen. Die hat versucht, sich da einzulesen, und ist an die falschen Seiten gekommen; und hat dann alles drangesetzt, (...) dass sie mich da irgendwie isolieren muss, damit ich keinen Kontakt mehr zu diesen komischen trans Personen habe."
>
> **Lysi, trans/nicht-binär/genderfluid, 22 Jahre**

[21] Die Abkürzung TERF steht für die (abwertende) Bezeichnung ‚trans exclusionary radical feminism' und beschreibt eine Strömung innerhalb des Feminismus, der trans Frauen aus dem eigenen feministischen Verständnis exkludiert. Beispielsweise fordern Vertreter*innen dieser Strömung, dass trans Frauen der Zugang zu Frauenräumen verwehrt wird (Hoffmann 2022).

4.3.1.2 Diskriminierung und sozialer Ausschluss

Die biografischen Erzählungen der trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen verweisen auf zahlreiche Erfahrungen von Gewalt, Diskriminierung und sozialer Exklusion. Das führt zu vielen Entbehrungen, Handlungseinschränkungen und letztlich verwehrter sozialer Teilhabe. Die im Folgenden dargestellten Aspekte beschreiben Situationen in denen **direkte soziale Ausgrenzung und Diskriminierung** erlebt wurde sei es innerhalb der Familie, dem Freundeskreis oder der Zugehörigkeit zur Schulklasse. Gleichzeitig kann soziale Teilhabe auch dadurch verwehrt werden, dass trans und nicht-binäre junge Menschen negative Reaktionen von ihrem Umfeld antizipieren und aufgrund der Angst bestimmte soziale Orte oder Kontakte meiden (siehe auch Kap. 4.3.2).

Das Ausleben der transgeschlechtlichen Zugehörigkeit kann **schwierige oder konflikthafte Beziehungsdynamiken bis hin zum Kontaktabbruch mit den Eltern** bedeuten. In vielen Interviews zeigt sich ein sehr starker Wunsch der trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen nach einer guten Beziehung zu ihren Eltern. Um das Verständnis der Eltern zu erlangen investieren viele der jungen Menschen Zeit in aufwendige Gespräche und Aufklärungsarbeit. Es werden oft mehrmals Versuche angestrebt, die Eltern sachlich aufzuklären oder darauf zu verweisen, dass ihre Nicht-Akzeptanz verletzend ist, sowie gemeinsam mit den Eltern zu Ärzt*innen/Berater*innen zu gehen (um vom Fachpersonen aufgeklärt zu werden) oder gemeinsam Familientherapien aufzusuchen.

Einige Eltern nutzen diese Angebote und Bemühungen ihrer Kinder, andere wiederum nicht. In der Folge berichten mehrere Interviewpartner*innen davon, dass ihre Beziehung zu ihren Eltern entweder sehr unter der eigenen Geschlechtsidentität leidet oder gänzlich abgebrochen ist. Beispielweise berichtet Maja (transweiblich, 24) davon, dass ihre Mutter sieben Jahre nach ihrem Coming-out als trans Frau immer noch nicht akzeptieren kann, dass sie eine Frau ist. Infolgedessen resigniert Maja zunehmend und beschließt ihren Eltern nicht mehr von ihren weiteren Transitionswünschen oder Plänen zu berichten. Einige Interviewpartner*innen betonen bereits vor dem Interview, dass sie aufgrund der emotionalen Belastung nicht über ihre Eltern sprechen können oder wollen. In anderen Interviewsituation wird in langen Erzählpassagen deutlich, wie zentral der Wunsch nach der Anerkennung durch die Eltern ist und welch emotionale Betroffenheit die Nicht-Akzeptanz und Missachtung der Geschlechtsidentität zur Folge hat.

Mehrere Interviewpartner*innen beschreiben, dass ihre alten Freundschaften aufgrund ihres Coming-outs kaputtgegangen sind. Gründe für den **Verlust von Freundschaften** oder dem **Ausschluss aus einem Freundeskreis** können u.a. das Unverständnis, die grundlegende Nicht-Akzeptanz oder das bewusste Missachten der richtigen Pronomen sein.

> „Im Freundeskreis war's meistens nicht so das Problem, auch wenn ich da die ersten Freundschaften hatte, die tatsächlich dann, ich sag mal, dran kaputtgegangen sind, weil das dann Menschen waren, die damit dann auf einmal nicht klargekommen sind."
>
> **Fiona, trans Frau, 18 Jahre**

„Ich [habe] einen sehr, sehr guten Freund durch mein Coming-out verloren, weil er gar keine Lust hatte, meine Pronomen zu ändern."

Peppa, trans Frau, 27 Jahre

Ebenso berichten einige Interviewpartner*innen, dass sie **Mobbing und Ausgrenzung innerhalb einer Klassengemeinschaft** erlebt haben.

„In der Klasse war's auch nicht gut, weil dann kam so ein bisschen das Mobbing; also die konnten halt gar nichts damit anfangen. Das war für die, wie wenn ich irgendwie gesagt hätte, dass ich einen dritten Arm möchte oder so. Das war einfach völlig absurd für die, das konnten sie auch gar nicht begreifen."

Lysi, trans/nicht-binär/genderfluid, 23 Jahre

„Auch ein Klassiker aus transidentitärer Perspektive ist natürlich – natürlich, leider, leider „natürlich" – diverse Mobbing-Erfahrungen in der Schulzeit. Immer so ein, so eine gewisse Andersartigkeit, die mit mir mitgeschwungen ist, die einfach nicht jeder Menschen Geschmack war, und mit der ich alleine durch meine bloße Existenz irgendwie auf Unverständnis gestoßen bin"

Peppa, trans Frau, 27 Jahre

Soziale Ausgrenzungen können nicht nur von Personen ausgehen, die trans und nicht-binäre Lebens- und Existenzweisen grundsätzlich ablehnen, sondern auch von anderen trans Personen. Luca (24) erlebt als genderfluide Person durch das Nutzen unterschiedlicher Pronomen und eine genderqueeren Geschlechterpräsentation auch **Ausgrenzung innerhalb der queeren Community**. Die von Luca beschriebenen Schuldzuweisungen lassen sich als Form der Sanktionierung lesen und als Appell auch als trans Person nicht zu sehr von cisgeschlechtlichen Normen abzuweichen.

„Ich habe halt auch von anderen queeren Menschen halt oft negative Kommentare irgendwie bekommen, die halt meinten: „Ja, wegen Menschen wie dir werden wir nicht ernst genommen, weil du dich nicht entscheiden kannst für Pronomen, und weil du dich nicht entscheiden kannst, wie du dich kleiden möchtest, und weil du jetzt da Hormone nimmst und so weiter, aber dich trotzdem schminkst", und solche Dinge."

Luca, nicht-binär/transmaskulin/genderfluid, 24 Jahre

Nicht zuletzt stellt für viele der Interviewten jedes **Bewegen im öffentlichen Raum eine Gefahr für Gewalt- oder Diskriminierungserfahrungen** dar.

„Wenn ich dann halt im Kleid auf die Straße gegangen bin, war es im Grunde wie ähm – es ist nicht wie als Elefant in einen Porzellanladen laufen, sondern es ist, als Teller ins Elefantengehege laufen. So. Ähm – die ganze Zeit könnte ein Elefant auf dich treten. Und du bist die ganze Zeit auf der Suche: Wo ist jetzt der nächste Fuß? Wo, wo kommt jetzt der Stoßzahn und gabelt mich auf?

Peppa, trans Frau, 27 Jahre

4.3.1.3 Transfeindliche Diskurse und die Angst vor der Zukunft

Die Thematisierung von transfeindlichen Diskursen nimmt einen hohen Stellenwert in den Erzählungen der trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen ein. Viele berichten von transfeindlichen Inhalten, Argumentationsstrategien, Hassnachrichten, Informationen zu Gewalttaten und Diskriminierung gegen trans Personen, die auf sozialen Medien wie Twitter, Instagram, Reddit, YouTube geteilt werden und mit denen sie regelmäßig konfrontiert sind. Da soziale Medien und Online-Welten wichtige Orte des Austausches, der Vernetzung und Informationsgewinnung für junge trans und nicht-binäre Personen sind, kommen sie unweigerlich mit belastenden Inhalten oder Aussagen in Kontakt.

> „Gerade durch das Internet kriegt man halt Sachen mit, an Gewalttaten und an Meinungen, die halt doch sehr, sehr schwierig sind, und die einem halt wirklich Angst machen, dass man eben keine Zukunft hat in dieser Welt."
>
> **Annalena, trans Frau, 26 Jahre**

In einigen US-Staaten werden Gesetze erlassen oder diskutiert, die den Zugang zu Hormontherapie und anderen medizinischen Versorgungsleistungen für trans Personen einschränken. Im Rahmen der Interviews mit trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen zeigt sich, dass diese gesamtgesellschaftliche Entwicklung starke Ängste und Unsicherheiten bei den jungen Menschen auslösen.

> „Gerade, wenn man so in die USA oder auch nach Russland guckt, was da für Einflüsse von, von staatlicher und/oder von politischer Seite teilweise kommt, oder halt auch einfach von so völkischer populistischer Seite; was da für eine Stimmung gemacht wird gegen gerade natürlich auch trans Identitäten. (...) Das macht mir viel Sorgen."
>
> **Toni, nicht-binär, 28 Jahre**

> „Sei es irgendwelche Nachrichten aus Amerika, wo ja derzeit diese, sehr viel Legislatur gegen Transmenschen eben gepusht wird, sei es irgendwelche Influencer, denen ich halt folge, die eben in ihrer Instagram-Story eben posten, wie sie eben vor einem Club halb totgeschlagen worden sind, sei es, ja, einfach sozusagen eigene Erfahrungen, die dann eben wieder hochkommen. Also es ist sehr viel, was da zusammenkommt. Und – ist halt schwierig, das irgendwie zu verarbeiten."
>
> **Annalena, trans Frau, 26 Jahre**

Einige der Interviewten befürchten, dass politische Entscheidungen und Gesetzgebungen auch in Deutschland die Rechte von trans und nicht-binären Personen einschränken könnten, beispielsweise die Möglichkeiten zur rechtlichen Anerkennung ihrer Geschlechtsidentität, den Zugang zu medizinischer Versorgung und andere grundlegende Rechte. Ebenso wird in den Interviews die Befürchtung deutlich, dass es aufgrund der Verbreitung transfeindlicher Diskurse zu einer Zunahme von Transfeindlichkeit auf der Straße und in der Gesellschaft kommt, und damit auch die persönliche Sicherheit bedroht ist.

Elika (nicht-binär, 23) beschreibt, dass soziale Medien genutzt werden, um auf Diskriminierung und Gewalt gegen trans Personen aufmerksam zu machen. Häufig nut-

zen Betroffene dies als Plattform, um von ihrem Erleben zu berichten, um Anteilnahme und Solidarität von anderen Personen zu erfahren. Gleichzeitig löst der regelmäßige Konsum solcher Berichte viel Angst und Verunsicherung aus.

> „Es schon irgendwie immer krass so zu sehen die Storys von anderen trans und nicht binären Personen, wie sie halt diskriminiert wurden, wie sie Gewalt erfahren haben, wie Familienmitglieder mit ihnen umgehen. [Das] hat mich, glaub ich, einfach total verunsichert und verängstigt; weil es immer, glaub ich, dieser Platz war, wo Negativsachen geteilt wurden und wo natürlich auch sehr viele rechte Stimmen oder halt transfeindliche Stimmen eine Plattform bekommen haben"
>
> **Elika, nicht-binär, 23 Jahre**

Insgesamt spiegeln diese Sorgen die weitreichenden Auswirkungen von transfeindlichem Diskurs und politischen Entwicklungen auf das persönliche Leben der Jugendlichen und jungen Erwachsenen wider. Die Unsicherheit über die Zukunft, die aus diesen Bedenken resultiert, wird als besonders belastend erlebt und wirkt sich auf die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden von jungen Menschen aus. Als Reaktion auf diese Ängste entwickeln trans und nicht-binäre Jugendliche unterschiedliche Schutzstrategien, um mit diesen Herausforderungen umzugehen. Einige Jugendliche berichten, dass sie sich aufgrund der transfeindlichen Diskurse und der psychischen Belastung von den Medien, insbesondere den sozialen Medien, zurückziehen. Sie versuchen, sich selbst zu schützen, indem sie sich nicht zu stark mit diesen Themen beschäftigen oder bewusst Pausen von sozialen Medien nehmen.

4.3.2 Die innere Gefühlswelt und psychische Belastungen

In den biografischen Erzählungen der Jugendlichen und jungen Erwachsenen sind Gefühle wie Scham, Selbstablehnung, Ängste, Einsamkeit und psychische Belastungen bis hin zur Suizidalität sehr präsent. Wichtig ist zu betonen, dass sich die psychischen Belastungen nicht aus der Geschlechtsidentität an sich ergeben, sondern aus den daraus resultierenden Diskriminierungserfahrungen, mangelnder Unterstützung, fehlender Anerkennung oder dem Gefühl der ‚Andersartigkeit'.

4.3.2.1 Scham, Selbstablehnung und die Angst vor Abwertung

Gefühle von Scham und Selbstablehnung spielen eine zentrale Rolle im Leben von jungen trans und nicht-binären Personen. Diese sind für einige Interviewpartner*innen ein Teil der Vergangenheit, der überwiegend überwindet werden konnte und für andere nach wie vor ein präsenter Teil der Gegenwart. Müssen junge Menschen alleine mit herausfordernden Gefühlen einen Umgang finden und fehlt ihnen zudem der Zugang zu entsprechendem Wissen über die Existenz von Geschlechtervielfalt, kann sich diese Unsicherheit gegen die eigene Person wenden, indem die jungen Menschen die **Schuld und Verantwortung für das eigene innere Erleben** bei sich selbst verorten.

> „Es ist einfach Unsicherheit, und auch irgendwo das, eine Art Schuldgefühl, dass man eben selber dran schuld ist, sich so zu fühlen; und ich wusste halt nicht wirklich, woran ich es festmachen sollte."
>
> **Annalena, trans Frau, 26 Jahre**

Dabei können sich Schamgefühle auch gegen den eigenen Körper richten. So berichtet Lena (trans Frau, 18) zum Beispiel davon, dass sie gerne ihre Stimme mehr trainieren möchte. Gleichzeitig ist die Auseinandersetzung mit der eigenen Stimme für sie mit Schamgefühlen verbunden. Auch Sophia (trans Frau, 18) berichtet, dass es ihr bis heute schwerfällt, ihre Transidentität zu akzeptieren und selbstbewusst damit umzugehen.

> „Ich würde mir auf jeden Fall wünschen, selbstsicherer zu sein; aber gleichzeitig find ich so das Ganze so ein, so ein, so einen Riesenscheiß so. Wieso muss es so sein? Hätte ich nicht einfach „normal" in dem Sinne werden können? Ähm – ich struggle halt echt damit. Also ich habe mich selbst dafür akzeptiert so; ich hasse es aber trotzdem. Dass es so ist. Ja, wie gesagt, wünsche ich mir, dass man selbstsicherer damit umgehen kann; sonst will ich aber auch nicht ein großes Ding draus machen. Zu sagen: „Ich bin so."
>
> **Sophia, trans Frau, 18 Jahre**

Sophia beschreibt eine starke Ablehnung, die sich bereits in jungen Jahren in Form von Selbsthass bei ihr äußert und aufgrund von fehlender Umgangsmöglichkeiten mit diesem Gefühl („ich weiß nicht wie ich damit umgehen soll") und sozialer Isolierung zu Suizidgedanken und einem Suizidversuch führt.

> „Gleichzeitig habe ich mich dann aber auch nach einer Zeit immer mehr eingekapselt. Ich habe keine Leute mehr zu mir gelassen, ich habe mit fast niemandem mehr geredet, mich komplett abgeschottet; einfach aufgrund, dass es einem halt wirklich immer wieder schlechter ging. Und ich glaub, dieses Abschotten hat dann halt mit dazu beigetragen, (...) „Hey, so, ich hasse mich irgendwie selbst, ich weiß nicht, wie ich damit umgehen kann, ich möchte mit niemandem mehr was zu tun haben, ich, ich möchte nicht mehr leben." So. „Ich möchte nicht mehr leben", das war auch schon damals, also Suizidgedanken kamen schon Anfang sechste Klasse, Ende fünfte Klasse auf; dort wo halt das Schulthema war. Deswegen wurde ich dann halt auch da rausgenommen so. Um erst mal zu schauen: Was ist los."
>
> **Sophia, trans Frau, 18 Jahre**

Neben Gefühlen der Scham und Selbstablehnung gehört auch die **antizipierte Angst** als ‚komisch' im Sinne von ‚nicht normal' und ‚abweichend' abgewertet zu werden zu den zentralen Alltagserfahrungen von trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Dabei wird in den Erzählungen der Interviewten auch eine gewisse Zerrissenheit bzw. Diskrepanz deutlich zwischen der eigenen Erwartung, das Urteil von anderen nicht an sich heranzulassen, und der Tatsache, dass eine solche Abgrenzung schwer zu bewerkstelligen ist. Beispielsweise berichtet Toni (28), dass das Coming-out als nicht-binär Toni viel Überwindung gekostet hat und Toni Angst hatte als „komisch abgestempelt" zu werden. Die Nutzung der Begriffe „komisch" und „abstempeln" verweist auf die Sorge vor Stigmatisierung und Pathologisierung (im Sinne eines als ‚nicht normal' gelten).

> „Ich hatte Angst vor deren Urteil. Und das war für mich ein Riesenthema. Also irgendwie, ich denke mir immer, es sollte kein Thema sein, und ich sollte, eigentlich könnte mir das vollkommen egal sein, was andere darüber so denken und in vielerlei Hinsicht ist es das auch; aber, ja, da war's das dann doch nicht."
>
> **Toni, nicht-binär, 28 Jahre**

Die Konfrontation mit einer Außenwelt, die potentiell verurteilend und ablehnend auf eine trans oder nicht-binäre Geschlechtsidentität reagiert, bereitet vielen der Interviewpartner*innen Ängste. Als Konsequenz ergeben sich aus den Schamgefühlen, der Selbstablehnung sowie von der Angst vor Abwertung der **Wunsch, das eigene Selbst zu verstecken und bestimmte soziale Situationen zu meiden**. Zwar erfüllt die Scham damit auch eine Schutzfunktion und kann als Warnsignal gewertet werden, das vor weiteren potentiellen Verletzungen schützen soll. Gleichzeitig wird durch das Meiden bestimmter sozialer Orte oder durch das Verstecken der eigenen Geschlechtsidentität die alltägliche Lebensführung eingeschränkt und der soziale Radius der jungen Menschen verkleinert.

> „Wenn ich zum Beispiel im Alltag in der Uni unterwegs bin, trage ich eigentlich weiterhin Sachen, die jetzt nicht, also ich würde, glaub ich, jetzt nicht mit einem Kleid in die Uni gehen. Das würde ich mich, glaub ich, nicht trauen; weil ich da sehr viele Menschen kenne, die ich schon seit sehr langer Zeit kenne, und ich glaube, die Menschen würden sehr schnell urteilen. (...) Und das ist für mich, glaub ich, noch ein großes Thema."
>
> **Toni, nicht-binär, 28 Jahre**

> „Es gibt natürlich immer noch Tage, wo ich irgendwie das Gefühl habe, boah, ich halte das jetzt nicht aus, wenn mich Leute irgendwie komisch angucken oder so, und dann habe ich aber dahingehend das „Privileg", in Anführungszeichen, dass ich mir einfach Männerklamotten anziehen kann und die Leute denken, ich bin ein Hetero-Cis-Dude so im Notfall."
>
> **Casim, trans/nicht-binär, 25 Jahre**

Insgesamt zeigt sich, dass Gefühle wie Scham und Selbstablehnung zum Alltag vieler trans und nicht-binärer junger Menschen gehören. Für viele von ihnen ist der Kontakt zur Außenwelt von kontinuierlichem Stress geprägt, was sich in der Angst vor Abwertung niederschlägt und oftmals zu dem Empfinden führt, das eigene Selbst verstecken und bestimmte Orte meiden zu müssen. Die Interviews machen deutlich, dass es von den jungen Menschenviele mentale Ressourcen erfordert, um mit diesen Belastungen umzugehen.

4.3.2.2 Einsamkeit

Das Gefühl der Einsamkeit, des ‚Anders-Seins', und Erfahrungen von sozialem Rückzug nehmen einen bedeutsamen Stellenwert in den biografischen Erzählungen der jungen Menschen ein. Teilweise gehören die beschriebenen Phasen chronischer Einsamkeit der Vergangenheit an, an anderen Stellen wiederum ist Einsamkeit nach wie vor ein präsenter Teil der aktuellen Lebensrealität.

> „Stell dir einfach vor, du wärst 20 Jahre in einem Keller eingesperrt und siehst zum ersten Mal die Sonne."
>
> **Annalena, trans Frau, 26 Jahre**

Annalenas (trans Frau, 26) Leben ist seit Beginn ihrer Jugend bis zu ihrem Coming-out von sozialem Rückzug und starken Einsamkeitsgefühlen geprägt. Das Gefühl, das etwas mit ihr „nicht stimmt" und die Tatsache dieses Gefühl an „nichts festmachen" zu können, lösen bei Annalena ein tiefes Gefühl von „Unwohlsein" und „Unsicherheit" aus. Das fehlende Wissen und die Sprachlosigkeit – „ich hätte auch gar

nicht gewusst, wie ich das hätte formulieren sollen“ – begünstigen die Abkehr von ihrer Umwelt und nahestehenden Bezugspersonen.

> „Also ich habe mich eigentlich sehr verschlossen gegenüber allem und jedem und ich hatte jetzt auch nie wirklich großartig Freunde. Also ich habe mich wirklich von sehr, eigentlich von allen Menschen zurückgezogen, selbst von meiner Familie teilweise; und es war ein sehr einsames Leben.“
>
> **Annalena, trans Frau, 26 Jahre**

Fehlende Vertrauenspersonen, Freund*innen oder Gesprächspartner*innen begünstigen das Gefühl der Einsamkeit. Beispielsweise hat Cal (nicht-binär, 23) während der Jugendzeit keine Freund*innen in der Schule und konnte deshalb mit niemanden über das Thema Geschlechtsidentität und Sexualität sprechen: „Ich habe mich dann irgendwie immer sehr alleine und, und nicht so gut damit gefühlt.“ Hinzu kommt, dass queere sexuelle und geschlechtliche Identitäten nicht Gegenstand von sexueller Aufklärung in der Schule ist, sondern etwas, mit dem man sich auf dem Schulhof beschimpft.

An mehreren Stellen berichten die trans Jugendlichen (insbesondere diejenigen, die nicht älter als 18 Jahre alt sind) auch davon, dass ihre Eltern ihnen viel Autonomie und freien Entscheidungsspielraum eingestehen, dadurch jedoch insgesamt Desinteresse und keine Unterstützung signalisieren. Fionas Eltern beispielsweise ziehen sich aktiv aus allen sozialen, rechtlichen und medizinischen Transitionsprozessen heraus und bezeichnen die von Fiona (trans Frau, 18) gewünschten Transitionsschritte als ihr eigenes „Problem“.

Langanhaltende Erfahrungen von Alleinsein in der Jugend können bis in die Gegenwart nachwirken, auch wenn ein stabiles Netzwerk aus sozialen Beziehungen besteht. Diese Art der Einsamkeit findet trotz bestehender Beziehungen statt und kann als **allumfassendes Gefühl von Entfremdung**, Unzugehörigkeit und Anders-Sein begriffen werden. Es resultiert aus dem Gefühl, dass Außenstehende, Familienmitglieder, Freund*innen das innere Erleben nie gänzlich begreifen und verstehen werden.

> „Und, ja, ich glaube, das ist wirklich einfach dieses, dass man da das Gefühl hat, dass das niemand versteht. Und dass man damit alleine ist, und dass man damit auch immer, für immer alleine damit sein wird, auch wenn das sich als falsch herausgestellt hat. (...) Ich glaub das Gefühl bin ich auch nie so ganz losgeworden, auch wenn ich jetzt weiß, dass ich nicht alleine bin.“
>
> **Oakley, transfeminin/nicht-binär, 25 Jahre**

> „Ich glaube, die [Freund*innen] können halt niemals begreifen, was das bedeutet, einfach nur aufgrund dessen, wie man halt ist irgendwie, sich fragen zu müssen: Kann ich so weiterleben? Ne? So irgendwie. Weil’s halt nicht irgendwie nur darum geht: Ja, ich schneide mir jetzt meine Haare ab. Oder so was. Sondern wirklich um so ganz existentielle Sachen.“
>
> **Casim, trans/nicht-binär, 25 Jahre**

Insgesamt zeigt sich, dass das Gefühl der Einsamkeit für viele der Interviewten für einige Zeit zum Alltag gehört hat oder noch immer fester Teil davon ist. Das Erleben von Einsamkeit ist dabei auf komplexe Art und Weise mit unterschiedlichen

Aspekten verwoben und kann verschiedene Gründe haben. Unter anderem sind das fehlende Wissen zu geschlechtlicher Vielfalt, Unsicherheiten in Bezug auf die eigene Geschlechtsidentität, Gefühle der ‚Abnormalität', des ‚Falsch-Seins', der Schuld und Scham, Angst vor Ausgrenzung, Diskriminierung und tatsächlich erlebte Ausgrenzung (siehe auch Kap, 4.3.2.1) hier von Bedeutung.

4.3.3 Ressourcen und Ermächtigungsstrategien

Die biografischen Verläufe der trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen zeigen ein hohes Maß an Selbstwirksamkeit und Handlungsfähigkeit, auch wenn sie sich mit gesellschaftlichen heteronormativen Erwartungen, Normen und Zwängen konfrontiert sehen und sich im Alltag in unterschiedlichen sozialen Kontexten mit struktureller und individueller Ungleichbehandlung auseinandersetzen müssen. Trans und nicht-binäre Jugendliche und junge Erwachsene entwickeln und nutzen unterschiedliche Selbstermächtigungsstrategien und greifen auf Ressourcen zurück, die ihnen als Quellen der Anerkennung, Akzeptanz und Freude dienen.

4.3.3.1 Persönliche Ermächtigungsstrategien: Trans-Sein als Ressource

Die interviewten trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen verweisen an zahlreichen Stellen darauf, dass sie das eigene Trans-Sein oder Nicht-binär-Sein als positive und wertvolle Ressource für sich und ihr Leben begreifen. Das Trans-Sein an sich wird von vielen Teilnehmer*innen (zum Zeitpunkt der Interviewführung) als eine positive Ressource im Sinne einer **Bereicherung für das eigene Leben** wahrgenommen, die als Quelle von Freude sowie positiven Gefühlen (Freiheit) und Erfahrungen erlebt wird.

Ebenso kann sich eine Ressource daraus entwickeln, dass sich junge trans und nicht-binäre Menschen intensiv mit Fragen von Geschlechtsidentität auseinandersetzen müssen. Das erfordert nicht nur die Fähigkeit, sich komplexes Wissen anzueignen, sondern auch eine intensive selbstreflexive Auseinandersetzung mit sich selbst und dem eigenen Innenleben. Durch die Introspektion (die ‚Innenschau') und der Auseinandersetzung mit den eigenen Bedürfnissen, Gefühlen, Wünschen, Selbstkonzepten und Selbstverständnissen erlangen junge Menschen ein mehrdimensionaleres und aufrichtigeres Bild dessen, wer sie sind. Die daraus entwickelte **Selbstkenntnis** wird von vielen Interviewpartner*innen als bereichernde Ressource beschrieben, die innere Stärke und Halt bietet.

> „Also für mich persönlich ist einfach so der Prozess, sich selbst zu hinterfragen, und auch bisschen sich selbst zu ändern, an sich selbst vielleicht auch zu arbeiten, ich glaub, das war für mich so ein großes Ding, dass ich irgendwie über die letzten zwei Jahre mich sehr viel auch von der Persönlichkeit her verändert habe; ich wurde sehr viel offener, sehr viel selbstbewusster, und ich weiß genau, dass wenn ich nicht trans wäre, dass das wahrscheinlich nie passiert wäre, dass ich da irgendwie so extrovertiert werde. (...) Es fühlt sich halt wie „mich selber" an. Also es ist, das ist das große Ding. Dass ich irgendwie ich selbst sein kann und dass ich, dass ich, wenn ich cis wäre, dass ich halt nicht, nicht mehr ich selbst wäre."
>
> **Lena, trans Frau, 18 Jahre**

Trans- und Nicht-Binär-Sein, wird häufig als **ein Gefühl der Freiheit** beschrieben, als eine Möglichkeit sich selbst jenseits von gesellschaftlichen Normen auszuprobieren und sich an den eigenen Bedürfnissen zu orientieren und diese bewusst auszuleben. Für Elika (nicht-binär, 24) bedeutet Nicht-Binarität „ganz viele Möglichkeiten, und auch ganz viel Freiheit (...) mir meine eigene Identität so zu schaffen, wie, wie ich das möchte".

> „Ich glaub, [das Schöne am Trans-Sein ist] einfach so die Harmonie, die man mit sich selbst hat. (...) Ich fühl mich freier als davor; damals war ich auch sehr in den mit Stereotypen und so Scheuklappen durchs Leben gegangen. Und jetzt fühle ich mich einfach freier in meiner Entfaltung, in meinem Ich-Sein."
>
> **Lysi, trans/nicht-binär/genderfluid, 22 Jahre**

Die Interviewten heben außerdem positiv hervor, dass das Trans-Sein eine Möglichkeit darstellt, den eigenen Horizont zu erweitern und mehr **Verständnis und Empathie für andere** zu entwickeln, u.a. auch für andere Personengruppen, die von sozialer Ungleichheit betroffen sind.

> „Ich glaub auch, dass ich das Gefühl habe, dass ich mich besser in andere Leute reinversetzen kann, weil ich grad andere Leute, die auch irgendwelchen Minderheiten zugehören, weil ich das Gefühl habe, dass ich jetzt wirklich da, auch so das Erlebnis gemacht habe; das hat mir halt eine ganz andere Perspektive noch mal gegeben. Oder halt auch prinzipiell mich in andere Leute reinzuversetzen."
>
> **Lena, trans Frau, 18 Jahre**

Schließlich sprechen die Interviewten positiv von der Vielfalt in trans bzw. queeren Communitys, welche heterogene und komplexe Gemeinschaften sind, in denen unterschiedliche Menschen aufeinandertreffen. Diese Vielfalt kann zwar zu unterschiedlichen Sichtweisen und Differenzen führen, wird von den Interviewten aber auch als große Bereicherung erlebt.

> „Es gibt nicht die <u>eine</u> queere Community. Wir sind nicht alle miteinander vernetzt, kennen uns und haben dieselben Ansichten, Ziele und Glaubensweisen. Das ist <u>so</u> unheimlich divers, auf eine positive Art und Weise! Dass es <u>so</u> viele verschiedene Menschen gibt, mit <u>so</u> vielen verschiedenen Lebensweisen und Lebensperspektiven! Es gibt eine unheimliche Vielfalt, die sehr positiv sein kann."
>
> **Birdie, nicht-binär, 24 Jahre**

4.3.3.2 Das Finden von Zugehörigkeit und Gemeinschaft

Die Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft nimmt einen hohen Stellenwert in den Erzählungen der trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen ein. **Trans und queere Communitys** eröffnen für viele junge Menschen den Raum neue Erfahrungen zu machen, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen und ein neues, positives Lebensgefühl zu entwickeln.

> „Wenn da gerade auch so herausfordernde Zeiten, Situationen sind, dann denk ich mir auch: Boah, es ist so scheiße, trans zu sein! Und dann gibt's wieder so Momente, wo ich von ganz vielen Transpersonen umgeben bin und irgendwie ein Wochenende irgendwo bin und mir so denke: Boah, es ist so schön! Und so schön, das mit den Menschen auch irgendwie so zu teilen."
>
> **Max, trans Mann, 23 Jahre**

> „Einfach diese Möglichkeit, eine Community zu haben, und so unser eigenes Wissen zu generieren, unser eigenes, unsere eigenen Realitäten, Erfahrungen so zu ‚navigaten', und auch unsere eigene Geschichte irgendwie wiederherzustellen. Das war irgendwie eine Sache, die, wo es natürlich schade ist, dass es notwendig ist, aber die ich auch trotzdem immer sehr schön fand. Weil ich bin auch einfach sehr so „community-based" aufgewachsen. Diesen Fokus auf Community-Ressourcen."
>
> **Elika, nicht-binär, 24 Jahre**

Institutionalisierte **Jugendgruppen**, die von Fachkräften der trans Jugendarbeit angeboten werden, bieten für viele der Interviewten erstmals die Möglichkeit, realen Kontakt zu anderen jungen trans Personen aufzunehmen. Neben dem Austausch von Erfahrungen und der Suche nach Freund*innen und Vorbildern stellen Jugendgruppen auch eine Möglichkeit dar, Bestärkung durch **Zugehörigkeit zu erleben, Selbstakzeptanz** zu erlernen und Selbstbewusstsein aufzubauen. Max (trans Mann, 23) beispielsweise ist mittlerweile selbst Gruppenleiter und berichtet, wie er von seinen Erfahrungen in einer Jugendgruppe profitiert hat und dass er sich seither selbst in der queeren Jugendarbeit engagiert.

Für viele der Interviewten sind Jugendgruppen auch Orte, an dem das eigene Trans-Sein **entdramatisiert** wird und in den Hintergrund rücken kann, damit sich die Jugendlichen anderen Dingen widmen und **‚einfach mal nur Jugendliche' sein** können.

> „Das war dann auch einfach ganz cool, und mit Leuten halt auch einfach, mit Leuten was zu machen, was jetzt nicht unbedingt nur was mit dem Thema trans zu tun hat, die aber halt auch trans sind. Dass das auch einfach was ist, wo man jetzt nicht, was jetzt nicht so ein Ding ist, wo man sich die ganze Zeit damit beschäftigen muss. Das ist halt einfach ein Teil von meiner Identität als Person, aber es ist auch nur ein Teil. So."
>
> **Cal, nicht-binär, 23 Jahre**

Neben der Stärkung des Selbstwerts, dem Gefühl von Zugehörigkeit und Verbundenheit wird der Kontakt zu anderen trans Personen und die trans Community als Möglichkeit genutzt um aktive **Unterstützung und Hilfestellung** zu bekommen, wie beispielsweise Zugang zu **transspezifischen Informationen** (etwa über den Ablauf von medizinischen oder rechtlichen Transitionsprozessen) zu erlangen. Sophia (trans Frau, 17) berichtet von Besuchen in einer Jugendgruppe explizit für trans, inter* sowie nicht-binäre Personen, welche von einer Person mit Transitionserfahrungen geleitet wird. Sie empfindet den Erfahrungs- und **Informationsaustausch** besonders deshalb als positiv, weil sie weiß, dass die dort Anwesenden ihr Erleben nachvollziehen können und ähnliche Erfahrungen machen wie sie. Dadurch wird eine Vertrauensbasis geschaffen, die es ihr erleichtert, sich anderen gegenüber zu öffnen. Sophia findet in der Jugendgruppe nicht nur Ansprechpersonen bei Fragen, sondern auch Freund*innen.

Neben Jugendgruppen stellen insbesondere auch der Zugang zur **Community durch das Internet** und dort auffindbare **queere Online-Welten** für junge trans und nicht-binäre Menschen eine zentrale Ressource dar. Das Internet ist oft die erste Anlaufstelle, die den jungen trans und nicht-binären Menschen ein Experi-

mentieren mit neuen Namen, Pronomen, Avataren ohne weitreichende Folgen ermöglicht. Oftmals ist das Internet für die Interviewten eine zentrale Möglichkeit, um mit anderen trans Personen in Kontakt zu treten und neue Freundschaften aufzubauen.

> „Also ich glaub, es war viel, es ging viel über online, soziale Medien, auch über Interaktion mit anderen. Also ich, ich habe wirklich an einem Tag gemerkt, dass ich halt irgendwie auf, auf Reddit rumgehangen bin, und in einem queeren Sub-Reddit habe ich dann da durchgeschaut, und ich habe gemerkt, ich habe vielleicht ein, zwei Stunden, und danach habe ich wieder gemerkt wie meine Akzeptanz von trans Leuten und meine Akzeptanz gegenüber mir selber, wie die sehr stark gestiegen ist, einfach weil ich gesehen hatte, dass andere Leute auch so denken. Und dass sich andere Leute halt auch so selbst akzeptieren. Und das andere ist wahrscheinlich noch, dass ich halt dann auch so langsam angefangen habe, irgendwelche queeren Freunde online zu machen, durch irgendwelche Videospiele, und dann mit denen zu, zu reden hat mir dann auch noch mal geholfen, da ähm, da gefestigter zu werden und einfach mehr Selbstvertrauen zu haben."
>
> **(Lena, trans Frau, 18 Jahre)**

Im Internet können sich junge Menschen in einem alternativen Raum bewegen, der nicht auf heteronormativen Idealen aufbaut und es ermöglicht, niedrigschwellig und anonym mit Menschen in Kontakt zu treten, die in einer ähnlichen Lebenssituation sind. Dabei werden von den Interviewten vor allem Plattformen wie Reddit, Discord, Twitter, Instagram als zentrale Orte genannt, an denen eine Partizipation und Teilhabe an (queerer) trans Subkultur möglich ist und jugendtypischen Interessen und Hobbys nachgegangen werden kann.

4.3.3.3 Akzeptanz und Unterstützung durch Freundschaften und die Familie

Freundschaften, insbesondere jene zu anderen trans Personen, stellen eine elementare Ressource für junge trans und nicht-binäre Menschen dar. Begonnen bei der Aushandlung innerer Bewusstwerdungsprozesse, dem Ausprobieren neuer geschlechtlicher Ausdrucksweisen, bis hin zum Realisieren von unterschiedlichen Transitionsprozessen: In der Regel sind es **Freundschaften zu anderen trans Personen**, die eine wichtige **emotionale und praktische Unterstützung** bieten. Durch das Erleben von Anerkennung, Wertschätzung und Akzeptanz können trans und nicht-binäre Jugendliche und junge Erwachsene das Gefühl von Selbstannahme und eigene Akzeptanz stärken. Das Finden eines positiven Selbstbilds, Entwicklung von Selbstbewusstsein ist für Annalena dadurch möglich, dass sie innerhalb von Freundschaften die Erfahrung macht „bedingungslos" angenommen zu werden.

> „Es ist, es ist einfach so schön, Freunde zu haben überhaupt, aber halt auch von diesen Freunden eben akzeptiert und geliebt zu werden, und halt auch dieses Bedingungslose; das ist sehr befreiend, weil das kannte ich halt vorher auch nicht wirklich. (...) Man kann halt einfach man selbst sein, und man kann in einem, ich sag mal, geschützten Rahmen sich selbst eben finden; und wenn man eben da sozusagen sich dann gefestigt hat, kann man dann auch eben in der Welt draußen selbstbewusster man selbst sein."
>
> **Annalena, trans Frau, 27 Jahre**

Für Lena (transfeminin, 18) ist der Erfahrungsaustausch mit anderen erfahrenen trans Personen, mit denen Lena über ihre Sorgen und Ängste sprechen kann, sehr wertvoll. Durch das Aussprechen der eigenen Sorgen wird ihr inneres Erleben in gewisser Weise „real" und besonders der Kontakt zu selbstbewussten Peers, die bereits Transitionserfahrungen gemacht haben, hilft ihr auf dem Weg zu ihrer eigenen Selbstakzeptanz.

Auch **unterstützende Familienmitglieder** dienen als wichtige Ressource und Kraftquelle für junge trans und nicht-binäre Menschen, indem sie als verständnisvolle Gesprächspartner*innen einen Raum eröffnen, um über Sorgen und Unsicherheiten zu sprechen und damit ein **inneres und äußeres Coming-out erleichtern**. Dabei reagieren Eltern und Familienmitglieder unterschiedlich auf das Coming-out ihrer Kinder. Lucas Mutter beispielsweise reagiert auf das Coming-out von Luca (nicht-binär/transmaskulin, 24) zunächst mit Ängsten und Sorgen (z.B. hinsichtlich negativer Folgen einer Hormontherapie oder diskriminierender Reaktionen aus der Verwandtschaft und Transfeindlichkeit allgemein). Ausgiebige Gespräche zwischen Luca und Lucas Mutter helfen, um das Ganze für die Mutter greifbarer zu machen. Sätze wie „du bleibst für immer mein Kind" und das Anpassen der Sprache auf den richtigen Namen und die richtigen Pronomen signalisieren für Luca wichtige Loyalität und Anerkennung oder Toleranz. Viele Eltern reagieren auch akzeptierender und wertschätzender als es von den Jugendlichen im Voraus antizipiert wurde.

> „Und dann haben sie tatsächlich ganz gut reagiert. Also sie haben das akzeptiert; sie haben nicht so wirklich viel Ahnung davon oder so, ich musste eine Menge erklären, das war manchmal auch ein bisschen anstrengend, aber prinzipiell lief es ganz gut."
>
> **Lennox, trans/genderqueer, 17 Jahre**

Von Bedeutung ist, dass viele der teilnehmenden Interviewpartner*innen aktiv Maßnahmen in die Wege leiten, um sich ein fürsorgliches und unterstützendes Umfeld aufzubauen. Sie meiden Menschen, die ihre Identität nicht anerkennen wollen und führen und pflegen Beziehungen zu Menschen, die ihnen guttun und von denen sie bedingungslose Anerkennung und Akzeptanz bekommen, insbesondere Akzeptanz für ihre Geschlechtsidentität erfahren. Das setzt nicht nur eine Kenntnis über eigene Bedürfnisse voraus, sondern auch ein hohes Maß an Selbstwirksamkeit. Die Fähigkeit, neue, selbstwertstärkende Beziehungen einzugehen, stellt eine wichtige Ressource dar, auf die sie in ihrem Leben immer wieder zurückgreifen können.

> „Und das ist irgendwie ganz viel wert, glaub ich, dass ich dadurch, das hat's für mich auch einfacher gemacht, Freunde zu finden, ehrlich gesagt. Ich habe größere Probleme, Freunde zu finden mit Leuten, die nicht trans sind, als mit welchen, die trans sind. (...) Und das sind auch alles nicht nur meine Freunde, sondern das sind auch einfach sehr, sehr coole Menschen! Und ich glaube, dass sie auch teilweise deswegen sehr, sehr coole Menschen sind, weil sie trans sind. Und deswegen würde ich nie, ich, ich würde mir nie wünschen, dass ich nicht trans bin. Weil sonst würde ich diese Erfahrungen nicht machen und diese Menschen nicht treffen. Und, ja, ich bin froh, dass ich diese Menschen habe."
>
> **Oakley, transfeminin, 24 Jahre**

Insgesamt wird deutlich, dass junge Menschen einen geschützten Rahmen benötigen, in dem sie experimentieren und Neues ausprobieren können, ohne Bewertungen von außen erwarten zu müssen. Die Erfahrung von Fürsorge, Akzeptanz und Unterstützung durch Freundschaften und die Familie ist dabei für die Interviewten eine wichtige Ressource.

> „Ich glaub, dass ich da halt auch das Gefühl hatte, das ist wirklich ein Safe Space, wo ich mich ausprobieren kann, ohne dass Kommentare kommen. Ähm – ja. Und damit so dieses Scham-Ding so ein bisschen weggefallen ist. Und ich dann halt wirklich mehr Zugang hatte zu dem Ganzen, zu meinen Gefühlen; und, ja, das war, glaub ich, so das, was mir vor allem Halt gegeben hat. In der ganzen Phase."
>
> **Lysi, trans/nicht-binär/genderfluid, 23 Jahre**

4.4 Exkurs: Fallbeispiele zu Intersektionen

Trans und nicht-binäre Personen sind nicht nur trans und/oder nicht-binär; ihre Geschlechtsidentität ist Teil ihrer Identität, welche wiederum verschiedenste Facetten hat. Aufgrund anderer Identitätsmerkmale kann auch die Geschlechtsidentität sich anders ausgestalten oder individuelle Erfahrungen variieren, dies ist besonders bei Mehrfachmarginalisierungen der Fall.

Die im Folgenden punktuell betrachteten Intersektionen mit Ethnizität, Inter*-Sein und Neurodiversität stellen Mehrfachmarginalisierungen dar und sollten in sozialwissenschaftlichen Studien zukünftig stärker berücksichtigt werden. Mit der hier vorgelegten Untersuchung ist aufgrund der verfügbaren Ressourcen sowie angesichts des wenigen empirischen Materials nicht möglich, einzelne und weitergehende Intersektionen auszuwerten und zu analysieren. Immerhin können aber einzelne Aspekte anhand von ausgewählten Fallvorstellungen – von Deniz, einer genderfluiden trans Person of Color (a), und Glenn, einer nicht-binären inter* Person (b) – sowie in einem Abschnitt zur Neurodivergenz (c) näher beleuchtet werden.

a) Deniz – genderfluide trans Person of Color

Deniz ist eine 21 Jahre alte nicht-binäre, genderfluide transmaskuline Person of Color.

Deniz berichtet, dass sich die Suche nach einem Therapieplatz als sehr schwierig gestaltet, wenn der*die Therapeut*in sowohl für Queerness als auch Rassismus sensibilisiert sein soll. Deniz macht die Erfahrung, dass Therapeut*innen *entweder* auf die spezifischen Bedürfnisse und Erfahrungen von BIPoC[22] *oder* die von queeren

[22] Die Abkürzung ‚BIPoC' (Black, Indigenous and People of Color) bezieht sich auf alle Personen, die bspw. aufgrund von Hautfarbe, Namen, Herkunft und/oder Religion als anders markiert und diskriminiert werden.

Personen eingehen, selten jedoch die verschränkte Perspektive von queeren BIPoC berücksichtigen.

> „Ich glaube, ich habe mich für meine Therapeutin entschieden, weil sie eine PoC-Therapeutin ist, aber eben, ja, das war so ein bisschen das Problem: Ich habe eine Sache abgedeckt, irgendwie so den Rassismus-Teil, aber der queere Teil fehlt irgendwie. Und ich merke, dass sie bei queeren Themen manchmal so meine Eltern rechtfertigt. Oder so Leute rechtfertigt, die halt voll scheiße zu mir waren; und das geht halt gar nicht als Therapeutin. (...) ich hatte auch eine Therapeutin, die war voll queer-friendly und voll rassistisch; also so, wo ich auch eine Probestunde gemacht habe, weil das dann einfach zu krass war."

Deniz erfährt in psychologischen und medizinischen Settings häufig entweder Rassismus oder Queerfeindlichkeit, bzw. teilweise auch beides zugleich, wie etwa in der Gynäkologie. Für Deniz gestaltet sich dadurch die ohnehin oft langwierige Suche nach medizinischem bzw. psychologischem Fachpersonal besonders schwierig und Deniz sieht sich häufig dazu gezwungen, zwischen queer-sensiblen *oder* BIPoC-sensiblen Angeboten zu entscheiden. Das bedeutet auch, dass sich Deniz in jedem Fall darauf einstellen muss, eventuelle Diskriminierungserfahrungen zu machen – in einem Raum, in welchem Deniz eigentlich geholfen werden soll.

Ähnlich schwierig ist für Deniz der Zugang zur Jugendhilfe: Nach dem Austausch mit anderen trans BIPoC, die in Angeboten der Jugendhilfe Queerfeindlichkeit und Rassismus erfahren haben, fühlt Deniz sich gezwungen abzuwägen ob er lieber „institutionelle Gewalt oder familiäre Gewalt irgendwie erleben [will]". Deniz entscheidet sich letztlich für die Familie, weil sich „institutionelle Gewalt irgendwie für [Deniz] krasser angehört hat".

Es zeigt sich, dass Deniz' Suche nach gesundheitlicher Versorgung und psychosozialer Unterstützung durch ein ständiges Abwägen von antizipierten Diskriminierungserfahrungen gekennzeichnet ist. Deniz kann nicht selbstverständlich davon ausgehen, dass solche Settings ein geschützter Raum sind, in welchem mit Sensibilität auf Deniz' Bedürfnisse eingegangen wird. Dieser Eindruck wird Deniz häufig auch in *weiß* geprägten queeren Angeboten vermittelt, bei denen sich Deniz nicht immer von den anderen verstanden fühlt, insbesondere, wenn es um den kulturellen und familiären Hintergrund geht. Deniz sieht sich teilweise mit Vorurteilen konfrontiert und klammert deshalb manche Themenbereiche aus, obwohl ein Bedürfnis nach Austausch besteht.

> „Also ich glaube, vor allem das Thema Familie kommt irgendwie bei mir zu kurz in den weißen queeren Räumen. (...) Ich glaube, wenn ich über meine Familie in weißen queeren Räumen spreche, habe ich immer das Gefühl, dass die total judgy sind mit dem, dass meine Familie muslimisch ist, und dann irgendwie sofort muslimische Familien in ein queerfeindliches Bild einordnen so. Und ich glaub, das mache ich einfach nicht so gerne."

Als Ressource hat Deniz für sich das Voguing (ein Tanzstil, der sich aus der sich aus Ballroom-Szene[23] entwickelt hat) entdeckt. Dort hat Deniz das Gefühl, sich noch mehr selbst finden zu können und Gender Expression mit Performance- und Show-Elementen zu verbinden.

b) Glenn – nicht-binäre inter* Person

Glenn ist eine nicht-binäre inter* Person im jungen Erwachsenenalter, die sich nicht als trans identifiziert:

> „Hm, also ich würde das Wort „nicht-binär" benutzen, und das bedeutet ähm-… Also wie soll ich sagen. Ich fühle mich sehr nah an meinem Körper. Also das ist ein bisschen komisch, ich würde jetzt, also ich identifiziere mich nicht als trans; also ich bin einverstanden damit, wenn andere Menschen oder wenn es irgendwie als, wenn das Label dafür benutzt wird, weil es, so wie ich mich identifiziere oder mein Geschlecht empfinde, nicht dem entspricht, was bei meiner Geburt eingetragen wurde. Weil das, also gibt's halt nicht; das heißt, nach der Definition wäre ich trans. Aber für mich fühlt sich mein äh, also mein Geschlechtserleben sehr nah an dem von meinem Körper."

Glenns Aufwachsen und Bewusstwerden der eigenen geschlechtlichen Identität ist stark vom inter* Sein geprägt – auch wenn Glenn lange Zeit noch nichts davon weiß, inter* zu sein. Glenns Körper weist spezifische biologisch-anatomische Gegebenheiten auf, aufgrund derer keine Pubertät eintritt. Seit der ausbleibenden Pubertät steht Glenns Körper unter Dauerbeobachtung, einhergehend mit vielen Untersuchungen, die teils von starker Übergriffigkeit und Bevormundung geprägt sind. Teilweise werden an Glenn Untersuchungen durchgeführt, ohne dass Glenn etwas davon weiß (z.B. Gen-Tests), teilweise bekommt Glenn die Ergebnisse von Untersuchungen im Nachgang nicht mitgeteilt. Aber auch die Untersuchungsmethoden selbst erlebt Glenn häufig als grenzüberschreitend, gewaltvoll und traumatisierend.

Schon bevor Glenn mitgeteilt bekommt, inter* zu sein beschreibt Glenn, sich irgendwie anders zu fühlen: Glenn vermutet immer wieder, trans zu sein, kann sich mit den Erfahrungen von trans Personen aber nicht identifizieren. Glenn hat das Gefühl, dass es eine „unbekannte Komponente" gibt, ein fehlendes Puzzleteil, das Glenn benötigt, um sich geschlechtlich selbstpositionieren zu können. Das Bild vervollständigt sich, als Glenn schließlich eine inter*-Diagnose erhält:

> „Sehr erleichtert hat sich das angefühlt, endlich mal eine Diagnose zu haben. Und gleichzeitig so das Wort ‚inter*' für mich zu benutzen, hat trotzdem einen Prozess gedauert, oder viel Bestätigung gebraucht; weil ich halt keine klassische Diagnose habe."

[23] Die Ballroom-Szene hat ihre Wurzeln in den queeren BIPoC-Communities von New York. Bei den Veranstaltungen (‚Balls') geht es um den kreativen, selbstermächtigenden Ausdruck der eigenen Identität, u.a. durch Tanz, Styling und Musik. Zentral ist dabei die gegenseitige Anerkennung und Unterstützung sowie die Wertschätzung von Vielfalt.

Die Ärzt*innen leiten daraufhin eine Hormontherapie ein, was von Glenn jedoch nicht erwünscht ist. Gleichzeitig befindet sich Glenn in gewisser Abhängigkeit zum medizinischen Fachpersonal, da Glenns Körper nur mit Medikamenten, unter anderem Geschlechtshormonen, gesund funktionieren kann. Die Hormontherapie ist für Glenn in eigenen Worten „der absolute Horror", sowohl für die körperliche als auch die psychische Gesundheit. Inter* zu sein wird für Glenn immer mehr zu einer kräftezehrenden Vollzeitbeschäftigung, die Glenn neben der Ausbildung managen muss: Glenn sucht zahlreiche Ärzt*innen auf und setzt sich dafür ein, die gesundheitlich notwendige Hormontherapie so anzupassen, dass sie mit Glenns geschlechtlicher Selbstpositionierung vereinbar ist, was Glenn schließlich gelingt:

> „Ab dem Moment war ich sehr selbstbestimmt. (...) dieses Selbstbewusstsein, oder zu wissen, wie ich für mich selber eintreten kann und muss, in diesen Kontexten, hatte ich halt davor nicht, und auch nicht die Unterstützung. Oder das Wissen, was ich dafür gebraucht habe."

Die Erfahrungen, die Glenn als inter* Person macht, überschneiden sich teilweise mit den Erfahrungen, von denen die interviewten trans Jugendlichen und jungen Erwachsenen berichtet haben: Hier sind insbesondere das Gefühl des „Anders-Seins", die Reflexion von Geschlechtsidentität und Geschlechternormen sowie die Erfahrung von Fremdbestimmung und das Kämpfen für Selbstbestimmung zu nennen. Sowohl Glenn als auch viele der interviewten trans Personen haben zudem Diskriminierung erlebt, unter anderem in medizinischen Settings sowie im öffentlichen Raum. Gleichzeitig berichtet Glenn auch von Differenzen zwischen inter* und trans Communities:

> „Also zum Beispiel hat eine befreundete trans Person gesagt, dass sie sich gewünscht hätte, sie wäre inter*, damn- Also, ne, das sind halt so Sachen: Wünsch dir so was nicht. So und auch, für mich war es sehr schwierig, damit umzugehen, während ich eine Hormontherapie habe, die mir absolut gar nicht passt, Menschen um mich rum zu haben, die sich nichts sehnlicher wünschen als diese Hormontherapie."

Glenn äußert ganz deutlich: „Es ist sehr anstrengend, inter* zu sein."

c) Neurodivergenz

Von den 25 Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die für die Studie interviewt wurden, berichteten insgesamt acht Personen vor oder während des Interviews von einer eigenen Neurodivergenz[24] beziehungsweise von eigenen Erfahrungen als Person mit ADHS oder auf dem Autismus-Spektrum. Teilweise werden deutliche Schnittstellen zwischen Neurodivergenzen und Geschlechtsidentität erkennbar, wobei hier keine abschließende, umfassende Analyse, sondern vielmehr eine deskriptive Betrachtung der subjektiven Erfahrungen dieser jungen Menschen beabsichtigt wird.

Mercury beschreibt die eigene Wahrnehmung von Geschlecht als nicht richtig greifbar oder fühlbar; der Zugang scheint zu fehlen. Dies setzt Mercury mit Neurodivergenz in Verbindung:

> „Also ich glaube, ich habe einfach nicht so wirklich einen Zugang zu der Kategorie Geschlecht. Ich glaub, das ist bei mir auch einfach ein bisschen mit Neurodiversität verknüpft. Also ich würde nicht unbedingt sagen, dass ich irgendwie ein krasses Geschlechtsempfinden hätte."
>
> **Mercury, nicht-binär/transfeminin, 26 Jahre**

Ähnlich erlebt Oakley eine frühzeitige Empfindung von Unzugehörigkeit oder Andersartigkeit, die Oakley nicht nur mit dem Trans-Sein, sondern auch mit Autismus in Verbindung bringt:

> „Ich hatte irgendwie schon sehr früh gemerkt, dass ich irgendwie anders bin, was das angeht; aber man hat natürlich als Kind so nicht wirklich die richtigen Wörter dafür so. (...) Und das hat sich auch ein bisschen damit verbunden, dass ich, ich wusste es damals nicht, aber ich habe ziemlich sicher Autismus, und deswegen bin ich generell sozial immer ein bisschen komisch."
>
> **Oakley, transfeminin/nicht-binär, 25 Jahre**

Erfahrungen als neurodivergente Person in trans und queeren Räumen werden unterschiedliche erlebt. Für Oakley ist der eigene Autismus im Kontakt mit anderen trans Personen Teil einer Normalität. Luca hingegen wünscht sich in queeren Räumen eine stärkere Sensibilität für neurodivergente Personen. In Lucas Erfahrung werden in diesen Räumen „Menschen trotzdem komisch angeschaut, (...) die dann

[24] Neurodivergenz hat noch keine abschließende Definition, kann sich aber auf Variationen von Gehirnfunktionen beziehen, die von gesellschaftlichen Erwartungen abweichen, und dabei eine Vielzahl von unterschiedlichen psychiatrischen Diagnosen umfassen, darunter Autismus, AD(H)S, Legasthenie, Dyskalkulie oder Epilepsie. Es handelt sich um eine alternative Perspektive, die sich von pathologischen Einordnungen und Stigmatisierungen abgrenzt und diese Unterschiede als normale Varianten menschlicher Erfahrung und Entwicklung betrachtet. Aktuelle Studien deuten darauf hin, dass Neurodivergenz in queerer Jugend häufiger vorkommt, insbesondere bei trans und nicht-binären Jugendlichen (Kallitsounaki/Williams 2023; Warrier u.a. 2020). Dennoch besteht weiterhin Forschungsbedarf, insbesondere im deutschsprachigen Raum und aus nicht-medizinischer Perspektive. In den Interviews wurde nicht nach dem Thema ‚Neurodivergenz' gefragt. Wenn es aufgerufen wurde, dann von den befragten Jugendlichen und jungen Erwachsenen selbst. Bei manchen bestehen offizielle Diagnosen, bei manchen Selbstdiagnosen; danach wird hier nicht differenziert.

zum Beispiel Kopfhörer tragen, weils ihnen halt zu laut ist“ (Luca). Zudem werden mehr und klare Informationen zu Veranstaltungen queerer Jugendgruppen (wie z.B. Treffen, Vorträge) als hilfreich erachtet.

> „**Interviewer*in**: Was braucht ein Ort, um safer für neurodivergente Personen zu sein?
>
> **Luca:** Also ich glaub, darauf gibt's keine allgemeine Antwort, weil's ja doch sehr auch unterschiedlich ist. (...) Was mir halt vor allem auch viel fehlt, ist, dass Menschen oft nicht klar ist, dass gerade autistische Menschen oft mehr Informationen brauchen vorher, vor Veranstaltungen, um irgendwie wirklich den Rahmen besser einschätzen zu können: Wie viele Menschen kommen ungefähr? Ist es eher ein kleiner Raum, ein großer Raum? Wie lange dauert das? Irgendwie mehr Hintergrundinformationen dazu.“
>
> **Luca, nicht-binär/transmaskulin/genderfluid, 24 Jahre**

Mercury betont, dass vor allem Online-Angebote besonders hilfreich sind. Das findet chaos[25] „so viel entspannter als dann nach [Großstadt] zu fahren und dann mit Menschen in Person interagieren zu müssen, das würde [chaos] furchtbar stressen“.

[25] Mercurys Neopronomen.

5 Ambivalenzen des Trans-Seins – Diskussion der Ergebnisse

Über die empirischen Befunde zu den Bewusstwerdungsprozessen junger trans und nicht-binärer Personen in Bezug auf die eigene geschlechtliche Identität, die Erkenntnisse zu den Alltagserfahrungen der Jugendlichen und jungen Erwachsenen sowie die Ergebnisse zum Thema Transition werden Spannungsfelder für das Jungsein und Erwachsenwerden sowie das Trans-Sein markiert. So lassen mit einer Einordnung der empirischen Befunde (siehe Kap. 4) in vorliegende theoretische und empirische Hintergründe (siehe Kap. 2) Ambivalenzen des Trans-Seins herausarbeiten, und zwar zwischen Normativität und Identitätsfindung (Kapitel 5.1), zwischen Unsichtbarkeit und Sichtbarkeit (siehe Kap. 5.2), zwischen Erfahrungen von Ausgrenzung und Zugehörigkeit (siehe Kap. 5.3), zwischen Pathologisierung und Entpathologisierung (siehe Kap. 5.4) sowie zwischen Geschlechtsdysphorie und Geschlechtseuphorie (siehe Kap. 5.5).

5.1 Trans-Sein zwischen Normativität und Identitätsfindung

Die Auswertung der Interviews zeigt, dass viele der trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen dem Druck ausgesetzt sind, gesellschaftlichen Erwartungen und Normen entsprechen zu müssen. Die Konfrontation mit vergeschlechtlichten Erwartungen und normativen Anforderungen an ‚Männlichkeit' oder ‚Weiblichkeit' löst oft bereits in frühen Jahren und im weiteren Lebensvollzug ein Gefühl von sog. ‚Abnormalität', Andersartigkeit und Entfremdung aus (siehe Kap. 4.1.4). Kerstin Oldemeier (2021) spricht in diesem Zusammenhang von normativen Zuschreibungserfahrungen, die dann entstehen, wenn eine Diskrepanz „zwischen erfahrenen normativ-geschlechtlichen Zuschreibungen und dem dazu als nicht passend empfundenen geschlechtlichen Erleben" (ebd., S. 157) entsteht.

Die Konsequenzen dieser Normsetzung haben für die Lebensführung von trans und nicht-binären jungen Menschen Handlungseinschränkungen zur Folge: „Durch die Normsetzung und die Anwendung von Heteronormen sind gesellschaftlich legitime Handlungs-, Verhaltens- und Interaktionsoptionen für LSBT*IQs reduziert" (Rinnert 2020, S. 78). Als Reaktion auf diese Differenzerfahrung aktivieren und entwickeln die jungen Menschen aber auch zahlreiche innere Ressourcen und Strategien, um sich ein Leben und soziales Umfeld aufzubauen, das ihren Bedürfnissen entspricht.

Dafür müssen sie ihr inneres Erleben für sich passend einordnen und ihre geschlechtliche Identität für sich selbst verstehbar machen. Um einen Weg aus der Sprachlosigkeit zu finden, setzen sie sich häufig selbstreflexiv mit Geschlechternormen auseinander, eigenen sich entsprechendes Wissen an und tauschen sich mit Gleichgesinnten aus. Erfahren trans und nicht-binäre Jugendliche und junge Erwachsene hierüber Akzeptanz für ihre Geschlechtsidentität, wirkt sich diese positiv

auf das Selbstvertrauen aus, stärkt das queere Selbstverständnis und erleichtert somit auch ein offenes Ausleben der eigenen Identität. So nähern sich trans und nichtbinäre junge Menschen sukzessiv der Frage, wie sie leben und sich nach außen hin positionieren wollen. Auch die von Claudia Krell und Kerstin Oldemeier (2017) befragten Jugendlichen erlebten einen „lange[n] Prozess, in dem sie sich zunächst nicht erklären können, wie sie ihr geschlechtliches Erleben einordnen und benennen können, da sie über keine passenden Begrifflichkeiten verfügen“ (ebd., S. 142).

Die Reflexion von Kategorien wie sex, gender und Geschlechterpräsentation sowie die Dekonstruktion von körperbezogenen und geschlechtlichen Normen sind zentrale Elemente dieses Identitätsfindungsprozesses. Aus den Analyse der Interviews geht hervor, dass verschiedene Reflexions- und auch Dekonstruktionsprozesse zu (körperbezogenen, geschlechtlichen) Normen von zentraler Bedeutung sind (siehe Kap. 4.1.4). In Ansätzen wurde auch in der Studie des Robert Koch-Instituts und der Deutschen Aidshilfe (2023) deutlich, dass De- oder Rekonstruktionen von Geschlechternormen Teil trans und nicht-binären Erlebens sind. In der Studie ging es vor allem um die Wahrnehmung von vergeschlechtlichen Körpern und vergeschlechtlichter Sprache, zu denen die Teilnehmer*innen sich in Beziehung setzen mussten, also Teile davon anzunehmen oder abzulehnen (ebd.). Ähnliche Beobachtungen zeigen sich im empirischen Material der hier vorgelegten Untersuchung für die Bewusstwerdungsprozesse (siehe Kap. 4.1) sowie für die Reflexion von verschiedenen Transitionswünschen (siehe Kap. 4.2).

5.2 Trans-Sein zwischen Unsichtbarkeit und Sichtbarkeit

Die empirischen Befunde aus den Interviews zeigen, dass sich die Suche nach Identität in normativen Kontexten als ein komplexer Prozess erweist (siehe Kap. 4.1). Für nicht-binäre Jugendliche und junge Erwachsene ist dies umso herausfordernder, da sie sich oft eine passende Sprache und für die für sie passenden Körperbilder wünschen, ohne auf bestimmte Geschlechterbilder reduziert zu werden. Auch in der Erhebung von Emmie Stemmer (2024) wurden die unterschiedlichen Aushandlungsprozesse deutlich, die nicht-binäre Personen durchlaufen, um in einer binären, normativen Welt zu existieren. Sie handeln dieser Untersuchung zufolge ebenfalls binäre Normen in ihrer Identität aus, um nicht-binäre Identität gesellschaftlich vorstellbar zu machen, um sich zugehörig zu fühlen und um als nicht-binäre Person sichtbar bzw. erkennbar zu sein. Gleichzeitig bleibt dadurch ein Teil der queeren Identität unsichtbar und im Verborgenen. Die hierüber angedeutete Ambivalenz von Sichtbarkeit und Unsichtbarkeit wird auch in der Erhebung von Robin Osterkamp und Friederike Wünsch (2022) deutlich. Hier heißt es: „Es wird erkennbar, dass der Aspekt der Sichtbarkeit bzw. Unsichtbarkeit sehr ambivalent besetzt ist. So war Unsichtbarkeit im Kontext des Passings zwar für viele Befragte ein Ziel, gleichzeitig wurde die gesellschaftliche Unsichtbarkeit immer wieder kritisiert. Vor allem in Politik und Medien fühlten sich die Befragten als trans* Personen kaum bis gar nicht gesehen oder repräsentiert. Das Internet verhilft laut den Befragten jedoch,

Unsichtbarkeit von trans* Personen abzubauen und über trans* Thematiken Informationen anzubieten. Der Zwiespalt, in dem sich die Befragten befinden, wurde in mehreren Bereichen und vielfältigen Aspekten sehr klar deutlich“ (ebd., S. 282).

Schließt man hier mit den vorliegenden Ergebnissen aus den Interviews zur Lebenssituation von trans und nicht-binären Jugendlichen an, so ist – in Einklang mit anderen Erhebungen (z.B. Krell/Oldemeier 2017) – zu konstatieren, dass die strukturelle Unsichtbarkeit trans und nicht-binärer Identitäten die Entwicklung einer positiven besetzten queeren Geschlechtsidentität für junge Menschen mindestens erschwert, wenn nicht gar behindert. Die Interviews zeigen, dass Bewusstwerdungsprozesse durch die Unsichtbarkeit trans und nicht-binärer Identitäten erschwert werden, zumal jungen Menschen die Konzepte dafür fehlen und die eigene Identität damit zunächst unvorstellbar bleibt.

Die Sichtbarkeit von trans Lebens- und Existenzweisen kann für den Bewusstwerdungsprozess und das Ausleben der eigenen Geschlechtsidentität für junge Menschen von großer Bedeutung sein. Sichtbarkeit bedeutet zugleich, dass Transgeschlechtlichkeit existiert und dass es andere Personen mit ähnlichen Empfindungen gibt. So können sich junge Menschen andere trans oder nicht-binäre Lebensweisen zum Vorbild nehmen. Sie fühlen sich weniger allein und finden eine Erklärung für ihre Unzugehörigkeit, ihr Gefühl der sog. ‚Abnormalität‘, ihr Alleinsein und können sich mit anderen Personen austauschen, die ähnliche Prozesse durchleben oder durchlebt haben. Eine so gewonnene Sichtbarkeit kann also normalisieren und entdramatisieren und trägt dazu bei, das öffentliche Verständnis zu fördern. In den letzten Jahren hat eine zunehmende Sichtbarkeit besonders von nicht-binären Personen stattgefunden, was sich in wachsendem gesellschaftlichen Bewusstsein und wachsender Akzeptanz widerspiegelt (z.B. Krell 2022).

Dennoch ist es wichtig zu betonen, dass Sichtbarkeit nicht nur positive, sondern vielmehr ambivalente Auswirklungen auf die Lebensführung queerer Menschen im Allgemeinen sowie queerer Jugendlicher und junger Erwachsener im Besonderen hat. Das zeigt sich besonders deutlich, wenn junge trans und nicht-binäre Personen auf die starke Präsenz von transfeindlichen Diskursen verweisen (siehe Kap. 4.3.1). Die transfeindliche Stimmung, die insbesondere in sozialen Medien viel Raum einnimmt, hat einen starken Einfluss auf das Wohlbefinden von jungen, queeren Menschen. Viele von ihnen befürchten, dass die Ablehnung gegenüber trans Personen zunimmt und ihre Rechte eingeschränkt werden.

5.3 Trans-Sein zwischen Erfahrungen von Ausgrenzung und Zugehörigkeit

Trans-Sein bedeutet in einem besonderen Maße, zwischen Ausgrenzungs- und Zugehörigkeitserfahrungen zu navigieren. Dies geht einher mit anderen hier in den Blick genommenen Ambivalenzen, insbesondere dem Trans-Sein zwischen Normativität und Identitätsfindung oder auch zwischen Sichtbarkeit und Unsichtbarkeit. So werden Erfahrungen von Ausgrenzung und Zugehörigkeit in sozialen Kontexten auch in einem nach wie vor vorhandenen Spannungsfeld von individuellen sexuellen

Orientierungen und Geschlechtsidentitäten auf der einen Seite sowie gesellschaftlichen heteronormativen Praktiken, geschlechtsspezifischen Zuschreibungen und damit verbundenen Erwartungshaltungen auf der anderen Seite gemacht. Diese Praktiken, Zuschreibungen und die damit verbundenen Erwartungen stehen diversen sexuellen Orientierungen und Geschlechtsidentitäten entgegen und werden als Abweichung konstituiert. Bei der Konstitution von Andersartigkeit geht es dabei nicht nur um eine Differenzziehung zwischen dem Eigenen und den Anderen; es geht trotz gesellschaftlicher Liberalisierungen und Aufklärung über sexuelle und geschlechtliche Vielfalt sowie einer besseren rechtlichen Stellung nach wie vor um Hierarchisierungen und Wertigkeiten: Normkonformität wird belohnt und Nonkonformität wird sanktioniert (Rinnert 2020) oder gilt als legitimierungsbedürftig. Das hat Folgen für die realen Lebensverhältnisse von queeren Jugendlichen und jungen Erwachsenen.

Im Alltag sind trans und nicht-binäre Personen einem erhöhten Minoritätenstress ausgesetzt (siehe Kap. 4.3). Trans und nicht-binäre Personen sehen sich bereits früh in ihrem Lebensweg mit Ablehnung, Scham und Einsamkeit konfrontiert, wie auch die Interviews der hier vorgelegten Untersuchung zeigen (siehe Kap. 4.3.2). Studien wie die von Adrien Ott u. a. (2017) oder auch Anna Fischer (2022) zeigen, dass dies zu Gefühlen der Einsamkeit, mentalen Belastungen, Depressivität, selbstverletzendem Verhalten und Suizidalität führen kann. Das bestätigen auch die hier vorgelegten Ergebnisse. So nimmt das Gefühl der Einsamkeit, des ‚Anders-Seins' und Erfahrungen von sozialem Rückzug einen bedeutsamen Stellenwert in den biografischen Erzählungen der jungen Menschen ein.[26] Sie stehen vor der Möglichkeit, sich diesem Druck anzupassen und ein Geschlecht nach außen hin zu verkörpern, dem sie sich nicht zugehörig fühlen und ihre Gefühle, Gedanken und Empfindungen für sich zu bewahren und diesen Teil ihrer Identität zu verstecken, zu leugnen oder zu ignorieren. Dies kann – wie in den Kapiteln 4.1.2 und 4.3.2 gezeigt wird – zu verlust- und entbehrungsreichen sowie schmerzhaften und mitunter langanhaltenden Lebensabschnitten führen, die mit einer geringen Lebensqualität einhergehen.

Die Bedeutung von Gemeinschaft zur Herstellung von Zugehörigkeit ist in diesem Kontext umso wichtiger. Die Möglichkeit, sich mit anderen queeren, trans oder nicht-binären Personen auszutauschen, sich eine unterstützende Gemeinschaft aufzubauen und sich zugehörig zu fühlen, spielt eine entscheidende Rolle bei der Bewältigung der Herausforderungen. Zugehörigkeit, Teilhabe und Selbstentfaltungspotenziale in queeren Communitys fördern und festigen die Entwicklung einer individuellen Geschlechtsidentität und begünstigen ein positives Selbstwertgefühl

[26] Einige Schilderungen aus den Interviews mit jungen Menschen der hiervorgelegten Untersuchung zu ihren Einsamkeitserfahrungen (siehe Kap. 4.3.2) erinnern an das Konzept der „existenziellen Einsamkeit": Eine Einsamkeit die „auf der Grundidee basiert, dass alle Menschen fundamental voneinander isoliert sind und es immer eine unüberwindbare Brücke zwischen Menschen gibt, egal wie nah sie sich sind" (Luhmann 2022, S. 8). Mit Blick auf trans und nicht binäre Jugendliche und junge Erwachsene resultiert diese Trennung aufgrund der eigenen Geschlechtsidentität. In Beziehungen äußert sie sich im Gefühl, von anderen nicht verstanden zu werden: „eine Einsamkeit, die man dann empfindet, wenn man sich von den Menschen um sich herum isoliert fühlt" (ebd., S. 9).

(Rinnert 2020). Dies umfasst auch Freundschaften und positive Beziehungserfahrungen, beispielsweise zur Bewältigung von psychischem Stress, einer Steigerung des Wohlbefindens und der Schaffung eines unterstützenden sozialen Umfelds. So zeigt sich in den empirischen Ergebnissen der vorliegenden Studie sehr deutlich der positive Charakter von Community- und Peerkontakten (siehe Kap. 4.3.3).

5.4 Trans-Sein zwischen Pathologisierung und Entpathologisierung

Fremdbestimmungen und pathologische Zuschreibungen erfahren junge Menschen nach wie vor insbesondere im medizinischen und rechtlichen Sektor (Robert Koch-Institut/Deutsche Aidshilfe 2023; European Union Agency for Fundamental Rights 2020). Die vorliegende empirische Untersuchung zeigt, dass viele der befragten jungen Menschen in Begutachtungsprozessen unterschiedliche Formen von Fremdbestimmung und Pathologisierung erfahren mussten, sei es unter anderem durch übergriffiges (Frage-)Verhalten oder deutlich erkennbare Erwartungshaltungen (siehe Kap. 4.2.4). Die lange stark pathologisch ausgerichtete Definition von Trans-Sein aus dem Transsexuellengesetz und dem ICD-10 (BfArM 2020) schlägt sich in den Erfahrungen nieder, die mit Mediziner*innen und Rechtsgutachter*innen gemacht werden.

Die zum Zeitpunkt der Interviews geltenden rechtlichen und medizinischen Regelungen[27] erschweren einen affirmativen und niedrigschwelligen Zugang zu einer positiven trans Geschlechtsidentität. Gleichwohl lässt sich auch so etwas wie eine Entpathologisierung feststellen (siehe Kap. 4.2.5). Das stereotype Bild von leidenden trans Personen, die im falschen Körper geboren sind, bricht immerhin allmählich auf und spiegelt sich auch im neuen ICD-11-Katalog wieder (BfArM 2022; siehe auch Kap. 4.2), wenngleich pathologische Zuschreibungen nach wie vor bestehen. Das zeigt sich bspw. daran, dass – wie im Interviewmaterial gezeigt wird (siehe Kap. 4.2.4) – trans Personen immer noch fremdbestimmte Erfahrungen mit Ärzt*innen machen, weil sie das Gefühl haben, nicht ehrlich sein zu können, sich nicht völlig frei zeigen zu können, weil sie Angst haben, ihnen wird das eigene Trans-Sein abgesprochen oder sie erhalten keinen Zugang zu erwünschten Maßnahmen.

Aus dem Interviewmaterial erkennbare Umgangsweisen und Strategien sind in solchen Situationen Wege des geringeren Widerstands, wie eine binäre Identität zu spielen, möglichst wenig Fragen zu stellen und bewusst Unsicherheiten zu zeigen. Andererseits beschaffen sich viele trans Personen all ihre Informationen auch in großem Maße selbst in Eigenrecherche oder durch community-internen Austausch (siehe Kap. 4.2.4). Auch entscheiden sich junge Menschen dazu, Hormontherapien

[27] Während der gesamten Laufzeit des vorliegenden Projekts (2022-2023) galt das Transsexuellengesetz (TSG). Im April 2024 wurde das neue Selbstbestimmungsgesetz (SBGG) verabschiedet und tritt offiziell zum November 2024 in Kraft; das TSG wird damit abgeschafft. Mit dem SBGG soll es zukünftig möglich sein, Geschlechtseintrag und Vornamen selbstbestimmt und ohne ärztliche oder psychologische Gutachten per Verwaltungsakt auf dem Standesamt zu ändern.

abseits des medizinischen Sektors als DIY Therapie[28] durchzuführen, um nicht mit Ärzt*innen in Kontakt sein zu müssen oder besonders lange Wartezeiten zu überbrücken (vgl. Robert Koch-Institut/Deutsche Aidshilfe 2023).

5.5 Trans-Sein zwischen Geschlechtsdysphorie und -euphorie

Studien zu trans Personen thematisieren häufig Dysphorien und die damit zusammenhängenden Wünsche, Transitionsprozesse zu durchlaufen, Änderungen vorzunehmen, um rechtlich, körperlich und/oder sozial anders gelesen zu werden (z.B. Robert Koch-Institut/Deutsche Aidshilfe 2023; Osterkamp/Wünsch 2022). Dies ist auch darauf zurückzuführen, dass körperliche Dysphorien auch Teil der medizinischen Diagnostik sind. Auch in den Interviews im Rahmen der hier vorgelegten Untersuchung berichten die Jugendlichen und jungen Erwachsenen davon, verschiedene Dysphorien zu spüren und setzen sich damit auseinander, bestimmte Änderungen anzustreben. Solche Änderungen betreffen rechtliche, medizinische und/oder soziale Transitionen (siehe Kap. 4.2).

Grundsätzlich sind Transitionsprozesse Ausdruck von Wünschen, Bestrebungen und der Suche nach Authentizität (siehe Kap. 4.2.1). Es geht darum, Anerkennung für die eigene Identität sowohl von sich selbst als auch von anderen zu finden. Allerdings geschieht dies immer im Kontext der Anforderungen und Erwartungen des jeweiligen Umfelds. Der Balanceakt zwischen individueller Authentizität und äußeren Erwartungen ist für die jungen Menschen ein fortlaufender Prozess und eine zusätzliche Herausforderung beim Erwachsenwerden (Krell 2022).

Anhand des ausgewerteten empirischen Materials ist aber auch festzustellen, dass es eine Art von Geschlechtseuphorie in den Ausgestaltungen der Identität gibt (siehe Kap. 4.2.5): Die Erfahrung von Geschlechtseuphorie ist eine positive Facette des Trans-Seins. Dieser Befund korrespondiert auch mit der Studie des Robert-Koch-Instituts und der Deutschen Aidshilfe (2023). Es konnte hier ebenfalls auf der Grundlage von durchgeführten Interviews herausgearbeitet werden, dass Transgeschlechtlichkeit/Nicht-Binarität seitens der befragten Personen als Ressource markiert wird. Konkret heißt es in der besagten Studie: „Unsere Teilnehmer*innen beschrieben zum Teil, dass ihnen Auseinandersetzungsprozesse um die eigene Geschlechtsidentität und das subsequente Dekonstruieren von gesellschaftlichen Normen das Gefühl gab, sich auch in anderen Bereichen von gesellschaftlichem Erwartungsdruck frei machen zu können und sich auch in anderen Feldern selbstbewusster und gestärkt zu fühlen“ (Robert Koch-Institut/Deutsche Aidshilfe 2023, S. 148).

[28] ‚Do-It-Yourself‘ Therapie: Personen beziehen Hormone für eine Hormontherapie ohne Ärzt*innen, etwa aus dem Internet oder von anderen trans Personen.

6 Schlussfolgerungen

Casim (trans/nicht-binär, 25) spricht zum Ende des Interviews die Hoffnung an, dass die Studie dazu in der Lage ist, etwas an der gesellschaftlichen Gesamtsituation für trans und nicht-binäre Personen zu verbessern. Auch viele andere betonen vor oder während der Interviews oder bei der Kontaktaufnahme großes Interesse daran zu haben, an der Studie teilzunehmen. Fiona (trans Frau, 18) teilt uns mit, dass sie dies vor allem tut, „um diese Awareness zu schaffen". Auch wenn sich in den letzten Jahren eine zunehmende Sensibilisierung und ein gesteigertes Bewusstsein für trans und nicht-binäre Identitäten entwickelt hat, bestehen weitere Bedarfe, um sicherzustellen, dass trans und nicht-binäre Jugendliche und junge Erwachsene die Unterstützung erhalten, die sie brauchen.

> „Ich hoffe, dass, dass die Studie auch was bringt und bewegt quasi, ne? Dass auch wirklich Konsequenzen daraus folgen. Gerade in Bezug auf, ja, eigentlich alle Autoritätspersonen und deren Wissen oder deren fehlendes Wissen darüber. So. An Schulen. In Kindergärten, glaub ich, fängt das schon an häufig. (...) Und auch Ärzt*innen und sonst was alles. Dass da einfach, ja, ganz viel gesamtgesellschaftlich auch umgedacht werden muss. dass es halt mehr gibt als männlich und weiblich und als weiß, hetero, cis sein."
>
> **Casim, trans/nicht-binär, 25 Jahre**

Die Schlussfolgerungen und Impulse, die in diesem Kapitel vorgestellt werden, ergeben sich insbesondere und in erster Linie aus den vorliegenden empirischen Erkenntnissen (siehe Kap. 4) sowie deren Einordnung in den Forschungsstand (siehe Kap. 5). Hinzu kommen ergänzende Ergebnisse aus Expert*innen-Workshops, den Sitzungen mit dem wissenschaftlichen Projektbeirat oder eigenen Recherchen im Rahmen des Projektkontextes. Die Schlussfolgerungen richten sich an Akteur*innen aus verschiedenen Bereichen, darunter Politik und Verwaltung, Jugendhilfe, Schule und das Gesundheitssystem sowie queere bzw. trans Communitys und die Allgemeinbevölkerung. Es ist jedoch wichtig zu betonen, dass diese Schlussfolgerungen und Impulse nicht isoliert voneinander betrachtet werden sollten; um eine ganzheitliche Unterstützung zu gewährleisten, arbeiten verschiedene dieser Akteur*innen idealerweise zusammen.

Differenzierte Sichtbarkeit und Akzeptanz von trans und nicht-binären Identitäten – eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe

Die Auswertungen zeigen, dass Sichtbarkeit für trans Personen in ihrer persönlichen Entwicklung eine entscheidende Rolle spielt. Trans und nicht-binäre Lebensentwürfe müssen dabei „entdramatisiert" werden sowie realistisch und unaufgeregt dargestellt werden können. Die **Entdramatisierung** von trans und nicht-binären Lebensentwürfen bezieht sich darauf, einen selbstverständlichen Umgang mit ihrer Sichtbarkeit zu fördern, sie zu entpathologisieren und als selbstverständlichen Teil einer geschlechtlichen Vielfalt zu betrachten. Ein solcher Beitrag fördert gesellschaftliche Akzeptanz und kann darüber erlangt werden, dass unterschiedliche, diverse, nicht-defizitorientiere Lebensentwürfe und Existenzweisen von trans und nicht-binären Personen geschaffen werden, beispielsweise in Medien (Serien, Filme, Bücher), der Öffentlichkeit und kulturellen Angeboten.

Nicht nur die trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen sollten sich darum kümmern müssen, für **gesellschaftliche Akzeptanz** zu sorgen. In den Interviews wurde deutlich, dass sie von ihrem Umfeld oft Unverständnis erfahren und nicht ernstgenommen werden. Cis Personen sollten sich daher auch selbst informieren und sich aktiv gegen Transfeindlichkeit in ihrem Umfeld aussprechen, um es insgesamt trans Personen zu ermöglichen, angstfrei und authentisch ihre Identität zu leben und um sich nicht dauerhaft erklären zu müssen.

Inklusive Räume und Angebote für selbstbestimmtes Handeln

Gerade Jugendliche brauchen Orte, an denen sie sich frei entfalten, sich ausprobieren und sie selbst sein können. Aus dem Datenmaterial wurde deutlich, dass Ablehnung, Fremdbestimmung und mentale Belastungen eine große Rolle in den Bewusstwerdungen und Alltagserfahrungen spielen. Daher braucht es auch **Räume**, in denen trans und nicht-binäre Jugendliche weitestgehend **selbstbestimmt agieren** können, z.B. queere Jugendgruppen, AGs in der Schule und Online-Räume.

Dabei sollten solche **Räume auch für weiter marginalisierte Gruppen** innerhalb trans und nicht-binärer Communitys geschaffen werden. Entsprechende Angebote können insbesondere für BIPoC, inter* Personen, neurodivergente Personen, von Armut Betroffene und junge Menschen, die in ländlichen Regionen leben, von besonderer Relevanz sein. Das Schaffen von Online-Angeboten kann bspw. sehr hilfreich sein, um Hürden abzubauen und auch Menschen mit ähnlichen Erfahrungswelten, die aber räumlich getrennt sind, miteinander zu vernetzen.

Förderung der Selbstbestimmung und Gleichberechtigung

Trans und nicht-binäre Menschen fordern ein **Selbstbestimmungsgesetz**, das umfassende Selbstbestimmung ermöglicht. Ein solches Gesetz soll die Hürden und Kosten reduzieren, die mit bisherigen Verfahren nach dem Transsexuellengesetz (TSG) verbunden sind, und es ermöglichen, den Geschlechtseintrag selbstbestimmt und ohne ärztliche oder psychologische Gutachten zu ändern. Die rechtliche Transition sollte ein Schritt sein, der frei von bürokratischen und finanziellen Hindernissen ist, um das Wohl der Betroffenen zu gewährleisten.[29]

Verbesserung der medizinischen Versorgungslandschaft

Die Förderung der Gesundheit von trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen erfordert eine umfassende **Umstrukturierung der medizinischen Versorgung und Veränderungen im Gesundheitssystem**. Einheitlich geregelte und zugängliche medizinische Betreuung sind von entscheidender Bedeutung – bundesweit. Einheitlich geregelt soll dabei nicht bedeuten, dass alle Transi-

[29] Ein solches Selbstbestimmungsgesetz (SBGG) wurde vom Bundestag im April 2024 verabschiedet und tritt im November 2024 in Kraft. Somit soll es zukünftig möglich sein, Geschlechtseintrag und Vornamen per Verwaltungsakt auf dem Standesamt zu ändern. Das SBGG stellt damit einen wichtigen Schritt auf dem Weg zu mehr Selbstbestimmung dar. Im weiteren Verlauf muss beobachtet werden, wie sich das neue Gesetz auf die Lebensrealitäten von trans und nicht-binären Personen auswirkt und wie sich der öffentliche Diskurs dazu entwickelt.

tionsprozesse nach dem gleichen Schema ablaufen, sondern vielmehr, dass die Zugänge niedrigschwellig und transparent gestaltet werden und die individuelle Ausgestaltung der eigenen medizinischen Transition Spielräume für Flexibilität und Nuancen bietet. Dabei ist es vor allem wichtig, die individuellen Bedürfnisse nichtbinärer Personen zu berücksichtigen. Trans Personen müssen in Absprache mit ihren Mediziner*innen selbst frei entscheiden können, welche chirurgischen Eingriffe sie wie vornehmen lassen wollen und/oder welche Hormontherapien sie sich wünschen, ohne dass sie an einem normativen Bild von Trans-Sein gemessen werden.

In einem nächsten Schritt ist es von Bedeutung, umfassende **Fortbildungsangebote für medizinisches Fachpersonal** einzurichten. Durch gezielte Schulungen können Fachkräfte ihre Kenntnisse über die besonderen Bedürfnisse von trans und nicht-binären Menschen vertiefen.

Förderung von Aufklärung und Vielfalt an Schulen

Die Untersuchungsergebnisse zeigen, dass Schulen für viele trans und nicht-binäre junge Menschen ein Ort von Ausgrenzung und Belastung sind. Der Alltag von trans und nicht-binären Schüler*innen könnte durch die Arbeit an einem Schulklima erleichtert werden, das explizit Vielfalt wertschätzt und sich gegen Exklusion und Diskriminierung im Allgemeinen sowie queeren jungen Menschen im Besonderen wendet.

Dies bezieht sich einerseits auf Wissensvermittlung zum Thema geschlechtlicher Vielfalt. So wird aus den im Rahmen der Untersuchung durchgeführten Interviews deutlich, dass **sexuelle und geschlechtliche Aufklärung** insbesondere auch verschiedene Lebensentwürfe und Konzepte von Trans und Nicht-Binarität abbilden sollte. Sie sollte vielfaltssensibel und selbstbestimmungsorientiert sein und alle Schüler*innen mit ihren individuellen Voraussetzungen und Bedürfnissen berücksichtigen. Es sollte eine queere, trans und nicht-binäre Perspektive mit in die sexuelle und geschlechtliche Aufklärung im Rahmen des schulischen Unterrichts einbezogen werden.

Andererseits sollten konkret Maßnahmen durchgeführt werden, die den Alltag von trans und nicht-binären Schüler*innen erleichtern könnten. Dies betrifft zum einen **strukturelle und organisatorische Regelungen**, etwa wie Zeugnisse ausgestellt werden, solange noch keine rechtliche Namensänderung besteht, und wie sichergestellt werden kann, dass den betreffenden Schüler*innen die (geschlechtsneutralen) Toiletten und Umkleidekabinen zur Verfügung stehen, die sie benutzen wollen. Zum anderen spielt hier die **Sensibilisierung von Lehrkräften und pädagogischem Fachpersonal** eine entscheidende Rolle. Schulungen und Sensibilisierungsprogramme sollen sicherstellen, dass alle Personen, die mit jungen Menschen in Kontakt treten, die Kompetenzen haben, um zum einen trans und nicht-binäre junge Menschen zu unterstützen und um zum anderen cisgeschlechtliche Jugendliche zu sensibilisieren. Außerdem sind Angebote der **Konfliktlösung und Anti-Mobbing-Programme** notwendig, um aktiv gegen Diskriminierung und Mobbing vorzugehen und sichere Räume zu schaffen, in denen mit Vertrauenspersonen gesprochen und sich untereinander ausgetauscht werden kann. Entsprechend **qualifizierte Schulpsycholog*innen und (Schul-)Sozialarbeiter*innen** oder für queere Belange **geschulte Vertrauenslehrkräfte** können diese Räume schaffen

und Angebote durchführen. Ferner könnten sie auch potentiell schwierige Kontakte mit Eltern und Familie begleiten. Wichtig ist, dass entsprechende Angebote öffentlich sichtbar und niedrigschwellig in Anspruch zu nehmen sind.

Zielgruppenorientierte Beratungslandschaft

Community-interne Beratungsstellen brauchen Angebote, die auf die Anliegen von trans und nicht-binären Jugendlichen und jungen Erwachsenen zugeschnitten sind. Dazu zählt, sich zu überlegen, welche Themen die jungen Menschen bewegen, die auf sie zukommen, und wie sie diesen einen sicheren Ort gewährleisten können, in dem sie sich aufgehoben fühlen. Neben **ergebnisoffenen Beratungsangeboten** sind auch **Selbsthilfe-Treffs** für junge Menschen dabei besonders wichtig.

Dabei ist es ratsam, Angebote – sofern möglich – sehr **vielfältig aufzubauen**. Lokale Angebote für verschiedene Communitys sind genauso wichtig wie das Ausbauen von Online-Angeboten. Dies könnte auch eine flächendeckendere, bundesweite Option sein, bei der auch Personen auf dem Land erreicht werden könnten. Ein **pädagogisch begleiteter Chatraum**, in dem auch Beratungen möglich sind, wäre eine sehr niedrigschwellige Option.

Ein weiterer Aspekt guter Beratungsarbeit ist der **Einbezug von Eltern**. Es braucht auch für sie begleitete Selbsthilfegruppen, in denen sie ihre Sorgen teilen können, ohne ihr Kind damit direkt zu belasten. Auch individuelle Beratungssettings – entweder mit oder ohne Kind – können sehr sinnvoll sein.

7 Literaturverzeichnis

Adamietz, Laura (2011): Geschlecht als Erwartung. Das Geschlechtsdiskriminierungsverbot als Recht gegen Diskriminierung wegen der sexuellen Orientierung und der Geschlechtsidentität. Baden-Baden

Berngruber, Anne/Gaupp, Nora (Hrsg.) (2021): Erwachsenwerden heute. Lebenslagen und Lebensführung junger Menschen. Stuttgart

Breuer, Franz/Muckel, Petra/Dieris, Barbara (2019): Reflexive Grounded Theory. Wiesbaden

Brodersen, Folke/Gaupp, Nora (2020): Diversitätsorientierung in der Jugendforschung. Konzeptionelle Überlegungen am Beispiel von Forschung mit Jugendlichen mit Behinderung. In: Grunert, Cathleen/Bock, Karin/Pfaff, Nicolle/Schröer, Wolfgang (Hrsg.): Erziehungswissenschaftliche Jugendforschung. Ein Aufbruch. Wiesbaden, S. 167–184

Brokmeier, Tina/Mucha, Sandra Rosa/Romer, Georg/Föcker, Manuel (2022): Trans* Jugendliche und junge Erwachsene im Gesundheitswesen: Eine qualitative Interviewstudie über Erfahrungen, Herausforderungen und Wünsche. In: Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie, 71. Jg., H. 7, S. 576–596

Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) unter Beteiligung der Arbeitsgruppe ICD des Kuratoriums für Fragen der Klassifikation im Gesundheitswesen (KKG) (Hrsg.) (2020): ICD-10-GM Version 2021, Systematisches Verzeichnis, Internationale statistische Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme, 10. Revision, Stand: 18. September 2020. Köln

Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) unter Beteiligung der Arbeitsgruppe ICD des Kuratoriums für Fragen der Klassifikation im Gesundheitswesen (KKG) (Hrsg.) (2022): ICD-11-Entwurfsfassung. Systematisches Verzeichnis, Internationale statistische Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme, 11. Revision. https://www.bfarm.de/DE/Kodiersysteme/Klassifikationen/ICD/ICD-11/uebersetzung/_node.html (21.12.2023)

Darwin, Helana (2020): Challenging the Cisgender/Transgender Binary: Nonbinary People and the Transgender Label. In: Gender & Society, 34. Jg., H. 3, S. 357–380

European Union Agency for Fundamental Rights (2020): A long way to go for LGBTI equality. Luxembourg

Faye, Shon (2022): Die Transgender-Frage. Ein Aufruf zu mehr Gerechtigkeit. Berlin

Fischer, Anna Svea/Heun, Jessica; Scholz, David (2022): Der Weg zum richtigen Geschlecht. In: David Scholz (Hrsg.): Transidentität und drittes Geschlecht im Arbeitsumfeld. Ein Praxisbuch für Unternehmen und den öffentlichen Dienst. Wiesbaden/Heidelberg, S. 17–40

Focks, Petra (2014): Lebenswelten von intergeschlechtlichen, transgeschlechtlichen und genderqueeren Jugendlichen aus Menschenrechtsperspektive. Berlin

Gaupp, Nora (2017): Diversitätsorientierte Jugendforschung. Überlegungen zu einer Forschungsagenda. In: Soziale Passagen, 9. Jg., H. 2, S. 423–439

Gaupp, Nora/Krell, Claudia/Stachowiak, Philipp (2021): Trans* und gender*diverse Jugendliche. Eine einführende Betrachtung ihrer Lebenssituationen. In: pro Jugend, H. 2, S. 6–14

Giordano, Simona (2008): Ethics of Management of Gender Atypical Organisation in Children and Adolscents. In: Michael Boylan (Hrsgg.): International Public Health Policy and Ethics. Luxemburg: Springer, S. 249–272

Groß, Dominik/Neuschaefer-Rube, Christiane/Steinmetzer, Jan (Hrsg.) (2008): Transsexualität und Intersexualität. Medizinische, ethische, soziale und juristische Aspekte. Berlin

Güldenring, Annette (Hrsg.) unter Mitarbeit von Udo Rauchfleisch (2016): Eine andere Sicht über Trans*. 5. Aufl. Göttingen

Hark, Sabine/Villa, Paula-Irene (2015): Anit-Genderismus. Sexualität und Geschlecht als Schauplätze aktueller politischer Auseinandersetzungen. 2. Aufl. Bielefeld

Hendricks, Michael L./Testa, Rylan J. (2012): A Conceptual Framework for Clinical Work With Transgender and Gender Nonconforming Clients: An Adaptation of the Minority Stress Model. In: Professional Psychology: Research and Practice, 43. Jg., H. 5, S. 460–467

Hoenes, Josch (2007): »Im falschen Körper«: Implikationen der räumlichen Metaphorik in der Wissensproduktion zu Transsexualität. In: Langner, Roland/Luks, Timo/Schlimm, Anette/Straube, Gregor/Thomaschke, Dirk (Hrsg.): Ordnungen des Denkens. Debatten um Wissenschaftstheorie und Erkenntniskritik. Münster, S. 189–199

Hoffmann, Inga (2022): Das Queer-Lexikon: Was bedeutet Terf? In: Tagesspiegel 2022, 21.01.2022. https://www.tagesspiegel.de/gesellschaft/queerspiegel/was-bedeutet-terf-4304299.html (22.12.2023)

Kallitsounaki, Aimilia/Williams, David M. (2023): Autism Spectrum Disorder and Gender Dysphoria/Incongruence. A systematic Literature Review and Meta-Analysis. In: Journal of Autism and Developmental Disorders, 53. Jg., H. 8, S. 3103–3117

Klesse, Christian (2007): Heteronormativität und qualitative Forschung. Methodische Überlegungen. In: Hartmann, Jutta/Klesse, Christian/Wagenknecht, Peter/Fritzsche, Bettina/Hackmann, Kristina (Hrsg.): Heteronormativität. Wiesbaden, S. 35–51

Krell, Claudia (2022): Pluralisierung und Vielfalt als Merkmal jugendlicher Lebensrealitäten – eine Darstellung am Beispiel sexueller und geschlechtlicher Vielfalt. In: Berngruber, Anne/Gaupp, Nora (Hrsg.): Erwachsenwerden heute. Lebenslagen und Lebensführung junger Menschen. 1. Auflage. Stuttgart, S. 67–77

Krell, Claudia/Oldemeier, Kerstin (2017): Coming-out – und dann…?! Coming-out-Verläufe und Diskriminierungserfahrungen von lesbischen, schwulen, bisexuellen, trans* und queeren Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Deutschland. Leverkusen-Opladen

Krell, Claudia/Oldemeier, Kerstin unter Mitarbeit von George Austin-Cliff (2018): Queere Freizeit. Inklusions- und Exklusionserfahrungen von lesbischen, schwulen, bisexuellen, trans* und *diversen Jugendlichen in Freizeit und Sport. München

Kuckartz, Udo/Rädiker, Stefan (2019): Datenaufbereitung und Datenbereinigung in der qualitativen Sozialforschung. In: Baur, Nina/Blasius, Jörg (Hrsg.): Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung. Wiesbaden, S. 441–456

LesMigraS - Lesbenberatung Berlin e.V. (2012): „…nicht so greifbar und doch real“. Eine quantitative und qualitative Studie zu Gewalt- und (Mehrfach-) Diskriminierungserfahrungen von lesbischen, bisexuellen Frauen und Trans* in Deutschland. Berlin

Luhmann, Maike (2022): Definitionen und Formen der Einsamkeit. KNE Expertise 1/2022, Berlin

Matsuno, Emmie/Budge, Stephanie L. (2017): Non-binary/Genderqueer Identities: A Critical Review of the Literature. In: Current Sexual Health Reports, 9. Jg., H. 3, S. 116–120

Meyer, Ilan H. (2003): Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. In: Psychological Bulletin, 129. Jg., H. 5, S. 674–697

Naß, Alexander/Rentzsch, Silvia/Rödenbeck, Johanna/Deinbeck, Monika (Hrsg.) (2016): Geschlechtliche Vielfalt (er)leben. Trans*- und Intergeschlechtlichkeit in Kindheit, Adoleszenz und jungem Erwachsenenalter. Gießen

Oldemeier, Kerstin (2021): Geschlechtlicher Neuanfang. Narrative Wirklichkeiten junger divers* und trans*geschlechtlicher Menschen. Opladen/Berlin/Toronto

Osterkamp, Robin Ivy/Wünsch, Friederike (2022): Trans* Personen. Zwischen gewollter und ungewollter (Un-) Sichtbarkeit Zwischen direkter und indirekter Diskriminierung. Wiesbaden

Ott, Adrien/Regli, Daniel/Znoj, Hansjörg (2017): Minoritätenstress und soziale Unterstützung: Eine Online-Untersuchung zum Wohlbefinden von Trans*Personen in der Schweiz. In: Zeitschrift für Sexualforschung, 30. Jg., H. 2, S. 138-160

Pauli, Dagmar (2017): Geschlechtsinkongruenz und Genderdysphorie bei Kindern und Jugendlichen. In: PSYCH up2date, 11. Jg., H. 06, S. 529–543

Pearce, Ruth (2018): Understanding Trans Health: Discourse, Power and Possibility. Bristol

Pohlkamp, Ines (2010): TransRäume. In: Busche, Mart/Maikowski, Laura/ Pohlkamp, Ines/Wesemüller Ellen(Hrsg.): Feministische Mädchenarbeit weiterdenken. Bielefeld, S. 37–58

Przyborski, Aglaja/Wohlrab-Sahr, Monika (2008): Qualitative Sozialforschung. Ein Arbeitsbuch. München

Reiter, Herwig (2021): Anmerkungen zur Schutzbedürftigkeit qualitativer Sozialforscher*innen im Rahmen einer erweiterten Forschungsethik. In:Franz, Julia/ Unterkofler, Ursula (Hrsg.): Forschungsethik in der Sozialen Arbeit. Prinzipien und Erfahrungen. Opladen/Berlin/Toronto, S. 269–280

Reuter, Julia (2015): Ordnungen des Anderen. Zum Problem des Eigenen in der Soziologie des Fremden. Bielefeld

Rinnert, Kerstin (2020): Liebes Leben anders. Eine ressourcenorientierte Analyse queerer Lebensrealitäten in heteronormativen Verhältnissen. Opladen

Robert Koch-Institut/Deutsche Aidshilfe (2023): Forschungsbericht zum Projekt “Sexuelle Gesundheit und HIV/STI in trans und nicht-binären Communitys”. Berlin

Sauer, Arn/Meyer, Erik (2016): Wie ein grünes Schaf in einer weißen Herde. Lebenssituationen und Bearfe von jungen Trans*-Menschen in Deutschland. Berlin

Schmidt, Friederike/Schondelmayer, Anne-Christin/Schröder, Ute B. (2015): Selbstbestimmung und Anerkennung sexueller und geschlechtlicher Vielfalt. In: Schmidt, Friederike/Schoondelmayer, Anne-Christin/Schröder, Ute B. (Hrsg.): Selbstbestimmung und Anerkennung sexueller und geschlechtlicher Vielfalt. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden, S. 9–22

Schmincke, Imke (Hrsg.) unter Mitarbeit von Sabine Hark und Paula-Irene Villa (2015): Das Kind als Chiffre politischer Auseinandersetzung am Beispiel neuer konservativer Protestbewegungen in Frankreich und Deutschland. 2. Aufl. Bielefeld

Schwulenberatung Berlin (2019): „Wo werde ich eigentlich nicht diskriminiert?“. Diskriminierung von Lesben, Schwulen, Bisexuellen, Trans*, Inter* und Queers* (LSBTIQ*) im Gesundheitswesen in Berlin. Berlin

Stemmer, Emmie Mika (2024): „Be(com)ing nonbinary in the binary“ – Normativität und Identität in nichtbinären Biografien. Merseburg

Travers, Ann (2018): The Trans Generation. How Trans Kids (and Their Parents) Are Creating a Gender Revolution. New York

Wagenknecht, Peter (2007): Was ist Heteronormativität? Zu Geschichte und Gehalt des Begriffs. In: Hartmann, Jutta/Klesse, Christian/Wagenknecht, Peter/Fritzsche, Bettina/Hackmann, Kristina (Hrsg.): Heteronormativität. Wiesbaden, S. 17–34

Warrier, Varun/Greenberg, David M./Weir, Elizabeth/Buckingham, Clara/Smith, Paula/Lai, Meng-Chuan/Allison, Carrie/ Baron-Cohen Simon (2020): Elevated rates of autism, other neurodevelopmental and psychiatric diagnoses, and autistic traits in transgender and gender-diverse individuals. In: Nature Communications, 11. Jg., H. 1, Art. 3959

Witzel, Andreas (2000): Das problemzentrierte Interview. In: Forum Qualitative Sozialforschung, 1. Jg., H. 1, Art. 22

Witzel, Andreas/Reiter, Herwig (2022): Das problemzentrierte Interview - eine praxisorientierte Einführung. 1. Auflage. Weinheim

8 Anhang

Mitglieder des wissenschaftlichen Projektbeirats

Bollwinkel, Tsepo Andreas
Initiative Schwarzer Menschen in Deutschland, AG Black LGBTQ

Fink, Né
Universität Göttingen, ehem. Trans*Beratung Göttingen

Geißendörfer, Adan
Sexualwissenschaftler*in, Checkpoint queer Lüneburg

Gräfe, Jan*ine
Lambda Bundesverband

Günther, Mari
Bundesverband Trans*

Kappo, Eli
Freiberuflicher Aktivist und Biologe

Dr. Krell, Claudia
LSBTI Fortbildungen Bayern

Dr. Oldemeier, Kerstin
Lehrbeauftragte an der Universität Augsburg; wissenschaftliche Mitarbeit bei Tessa Ganserer, MdB

Prof. Dr. Schirmer, Utan
Soziologe, ASH Berlin, ehem. Universität Göttingen

Dr. Schneider, Erik
Intersex & Transgender Luxembourg (ITGL), Trans-Kinder-Netz

Stern, K*
Verband für lesbische, schwule, bisexuelle, trans*, intersexuelle und queere Menschen in der Psychologie (VLSP) e.V.

Prof. Dr. Voß, Heinz-Jürgen
Sexualwissenschaftler, Hochschule Merseburg

Zallmanzig, Dominik
Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ), Referat 215: Gleichgeschlechtliche Lebensweisen, Geschlechtliche Vielfalt